

Kaija Kuusisto

**”Ihminen kehittyy ja höylääntyy vaan joukossa...”**

Toimintojentalon asiakkaiden kokemuksia osallisuudesta

Opinnäytetyö

Kevät 2014

Sosiaali- ja terveysalan yksikkö

Sosiaalialan koulutusohjelma



SEINÄJOEN AMMATTIKORKEAKOULU

## Opinnäytetyön tiivistelmä

Koulutusyksikkö: Sosiaali- ja terveysalan yksikkö

Koulutusohjelma: Sosiaalian koulutusohjelma

Suuntautumisvaihtoehto: Sosionomi (AMK)

Tekijä: Kaija Kuusisto

Työn nimi: Ihminen kehittyy ja höylääntyy vaan joukossa – Toimintojentalon asiakkaiden kokemuksia osallisuudesta

Ohjaaja: Mirva Siltakorpi

Vuosi: 2014

Sivumäärä: 71

Liitteiden lukumäärä: 1

---

Tämä opinnäytetyö tarkastelee Seinäjoen kaupungissa sijaitsevan Toimintojentalon asiakkaiden kokemuksia osallisuudesta. Tavoitteena oli saada tietoa siitä, millaista merkitystä Toimintojentalolla on ollut asiakkaiden kokemaan osallisuuden tunteeseen. Opinnäytetyössä selvitettiin myös mitä kehittämistarpeita tai kehittämisideoita asiakkailla on Toimintojentalolla tarjottuihin palveluihin osallisuuden tunteen lisäämiseksi.

Opinnäytetyön teoreettisessa viitekehyksessä keskeisiä käsitteitä ja teemoja ovat yhteisö, yhteisöllisyys, me-henki, osallisuus, hyvinvointi ja käyttäjälähtöinen kehittämistoiminta. Tutkimus toteutettiin laadullisin tutkimusmenetelmin, aineiston keruumenetelmänä käytettiin teemahaastattelua. Teemahaastatteluun osallistui kymmenen Toimintojentalon pitkäaikaista asiakasta. Tutkimuksessa nousi keskeisesti esille, että asiakkaat kokivat Toimintojentalon olemassaolon ja sen sisältämien toimintojen merkitsevän paljon heidän osallisuuden kokemukseensa ja hyvinvointiinsa. Asiakkaiden kesken oli myös kehittynyt omia keskinäisen avun verkostoja.

Toimintojentalolla käyminen antoi asiakkaille positiivisia, sosiaalisia kokemuksia ja verkostoja, uusia ystäviä sekä yhteenkuuluvuuden tunnetta. Lounaskahvilatoiminta koettiin yhteenkuuluvuuden tunnetta lisääväksi tekijäksi, jonka haluttiin olevan mahdollista tulevaisuudessa myös heille, joilla ei vielä ole siihen mahdollisuutta. Muita syitä talolle tuloon ihmisten ja ruokailun lisäksi olivat tapahtumat, lehtien lukumahdollisuus ja ylipäättään oleskelu ilman ostopakkoa. Tapahtumiin ja toimintaan, sekä niiden monipuolisuuteen oltiin tyytyväisiä. Oma valinnanvapaus osallistumiseen oli tärkeää. Toimintojentalon kynnys koettiin matalaksi. Kehittämisen aihetta koettiin fyysisen ympäristön viihtyvyyden lisäämisessä. Vastaavanlaisia koontumispaikkoja toivottiin myös muualle kaupunkiin.

Avainsanat: osallisuus, hyvinvointi, yhteisöllisyys, kehittäminen

SEINÄJOKI UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

## **Thesis abstract**

Faculty: School of Social Services and Health Care

Degree programme: Degree Programme of Social Work

Specialisation: Bachelor of Social Services

Author/s: Kaija Kuusisto

Title of Thesis: A Person develops only when surrounded by other people — experiences of partnership by the clients of Toimintojentalo / Activity House

Supervisor(s): Mirva Siltakorpi

Year: 2014

Number of pages: 71

Number of appendices: 1

---

This thesis deals with the experiences of partnership among the clients of the Activity House, which is located in the city of Seinäjoki. The objective of the study was to establish the meaning of the Activity House for the clients' partnership. This study also covered what kinds of needs or ideas of development the clients have in order to increase their partnership at the Activity House.

Significant concepts and themes in the theoretical section of this thesis include community, community spirit, we-spirit, partnership, welfare and development by users. The study was carried out by using qualitative methods and a theme interview for gathering the data. Ten clients of Activity House took part in the theme interview. The most important finding was that the existence and the activities of Activity House matter a lot to the clients' experience of partnership and well-being. Furthermore, different kinds of help networks developed between the clients.

Visiting the Activity House gave the clients positive and social experiences as well as networks, new friends and a sense of solidarity. People were satisfied with the diversity of the events and functions. Clients wanted to develop Activity House by making the environment more comfortable.

Keywords: partnership, community spirit, welfare, development

## SISÄLTÖ

Opinnäytetyön tiivistelmä .....	2
Thesis abstract.....	3
SISÄLTÖ .....	4
1 JOHDANTO.....	6
2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA JA TAVOITTEET .....	8
2.1 Opinnäytetyön tavoitteet.....	8
2.2 Tutkimuskysymykset .....	8
2.3 Tutkimuksen yhteistyötaho, Toimintotalo .....	9
2.4 Aiheeseen liittyviä aiemmin tehtyjä tutkimuksia .....	12
2.5 Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys .....	16
3 YHTEISÖLLISYYS JA ME-HENKI .....	18
3.1 Yhteisö ja sen ominaisuudet .....	18
3.2 Yhteisöllisyyden kehittyminen .....	19
3.3 Me-hengen merkitys.....	20
4 OSALLISUUS OSANA IHMISEN ELÄMÄÄ.....	22
4.1 Osallisuus.....	22
4.2 Hyvinvoinnin merkitys osallisuudessa .....	24
4.2 Osallistuminen .....	25
4.3 Osallistaminen .....	27
4.4. Syrjäytyminen.....	28
4.5. Osallisuuden esteet.....	29
5 KÄYTTÄJÄLÄHTÖINEN KEHITTÄMISTOIMINTA .....	31
5.1 Kehittäminen .....	31
5.2 Käyttäjä- ja toimijakeskeisyys.....	31
5.3 Tiedontuotannon merkitys .....	32
6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS .....	33
6.1 Aineiston keruu.....	33
6.2 Tutkimusmenetelmän valinta.....	34
6.3 Aineiston analysointi.....	35

6.4 Tutkimuksen eettisyys .....	36
6.5 Tutkimuksen luotettavuus ja pätevyys.....	38
7 TUTKIMUSTULOKSET .....	40
7.1 Taustatiedot.....	40
7.2 Toimintojentalon asiakkuus .....	41
7.3 Osallisuuteen vaikuttavia tekijöitä .....	43
7.4 Kehittäminen .....	50
8 JOHTOPÄÄTÖKSET .....	54
9 POHDINTA .....	63
LÄHTEET.....	65
LIITTEET .....	71

## 1 JOHDANTO

Osallisuus yhteiskuntaan ja syrjäytymisen ehkäiseminen ovat olleet jo pitkään esillä yhteiskunnallisissa keskusteluissa, eri poliittisten ryhmien teemoissa sekä Euroopan maiden teemavuosissa. Osallisuuden määritelmiä on monia, usein osallisuuden käsitettä käytetään myös syrjäytymisen vastaparina. Nivala (2008, 166—168) määrittää osallisuuden yhteisöön kuulumisena, joka ihanteellisimmillaan toteutuu osallistuvana jäsenyytenä. Osallisuus toteutuu kuitenkin vasta oman kokemuksen kautta. Terveysten- ja hyvinvoinninlaitoksen mukaan osallisuus voidaan nähdä aktiivisena, energisena, toimijuutta rakentavana ja tuottavana käsitteenä (Osallisuus syrjäytymisen vastaparina 2014). Osallisuus tuottaa hyvinvointia ja myös hyvinvoinnin käsitteeseen liittyy kokemuksellisuus. Erityisesti *wellbeing* hyvinvointi on kansalaisen kokemaa subjektiivista hyvinvointia. Se tarkoittaa myös yhdessä hyvin elämistä, jonka voi ajatella liittyvän lähiyhteisöjen sosiaalista hyvinvointia tuottavaan toimintaan. (Toikko 2012, 25—27.)

Pääministeri Jyrki Kataisen hallitusohjelman (2011, 3) ”Avoin, oikeudenmukainen ja rohkea Suomi”, ensimmäiseksi painopisteeksi on nostettu köyhyyden, eriarvoisuuden ja syrjäytymisen vähentäminen. Hallitusohjelman tavoitteena on muun muassa lisätä jokaisen yksilön yhteiskunnallista osallisuutta. Nuorten syrjäytymisestä on huolensa esittänyt myös Tasavallan presidentti Sauli Niinistö (Presidentti Niinistö nuorten syrjäytymisestä 2012). Hän on korostanut erilaisten kasvatusyhteisöjen sekä pienten, arkisten kohtaamisten merkitystä. Koti ja perhe, naapurit, kaverit, päivähoido, koulu ja harrastusryhmät ovat kaikki yhteisöjä, jotka muokkaavat nuorta ja siinä me kaikki olemme tekijöitä. Nuorten syrjäytymisen ehkäisyn yksi keino on yhteiskuntatakuu, jossa jokaiselle alle 25 –vuotiaalle nuorelle ja alle 30-vuotilaalle vastavalmistuneelle luvataan tarjota kolmen kuukauden sisällä työttömäksi joutumisesta opiskelu-, työ-, harjoittelu- työpaja tai kuntoutuspaikka (Nuorten yhteiskuntatakuu 2013).

Syrjäytymisen ehkäisyyn ja osallisuuden merkitykseen on kiinnitetty huomiota myös erilaisissa yhteisöissä ja järjestöissä jo vuosikausia. Seinäjoella toimiva Toimintojentalo on yksi esimerkki yhdistyksen luomasta mahdollisuudesta ihmisten kokeman osallisuuden edistämiseksi. Talo on toiminut vuodesta 1998 lähtien ja

tarjonnut erilaisia toimintoja ja palveluja sekä lähialueen että ympäröivän maakunnan asukkaille. Yhtenä toiminnan lähtökohtana on ollut alusta saakka syrjäytymisen ehkäisy, johon osallisuudella on merkitystä. Opinnäytetyöni selvittää talon toimintoja ja palveluja käyttävien asiakkaiden näkemyksiä ja kokemuksia Toimintotalon merkityksestä heidän osallisuuden kokemukseensa. Selvitän myös, millaisia kehittämistarpeita ja –ideoita he näkevät tarpeelliseksi osallisuuden kokemuksen mahdollistamiseksi yhä useammille ihmisille. Tutkimukseni on luonteeltaan laadullinen, aineiston keruun aion suorittaa teemahaastatteluina.

Sosionomin työssä painottuu arjen asiantuntijuus, joten sosionomin työn kannalta osallisuuden ja yhteisöllisyyden merkityksen ymmärtäminen ihmisten elämässä on keskeisen tärkeää. Sosionomi (AMK) –tutkinnon kompetensseissa yhtenä osaamistavoitteena on kansalaisten osallisuuden tukeminen (Kompetenssit 2010, 2). Riippumatta siitä, millä työkentällä työtä tekee, on asiakkaiden osallisuuden tukeminen eri muodoissaan tärkeä osa perustyötä. Osallisuuden kautta ihmisten hyvinvointi lisääntyy ja samalla on mahdollista saada lisättyä myös yhteisöllisyyttä, joka puolestaan tuo ihmisten elämään merkitystä monin eri tavoin.

Oma mielenkiintoni kohdistuu aiheeseen koska olen ollut mukana Toimintotalon elinkaareissa koko sen olemassaolon ajan. Talolla käyvien vierasryhmien tutustumiskäynneillä on esille tullut esille tarve kartoittaa, millainen merkitys talon olemassaololla on ollut kävijöiden elämässä. Tämä tarve, aiheen yhteiskunnallinen ajankohtaisuus, oma kokemukseni ja mielenkiintoni osallisuuteen sekä Toimintotalon asiakkaiden kokemuksiin, toimivat innoittajinani tähän tutkimukseen. Tutkimus keskittyy asiakkuuden myötä koettuun osallisuuteen, jossa laadullisen tutkimusmenetelmän ja teemahaastattelujen avulla tuon asiakkaiden kokemuksia Toimintotalosta esille. Toivon, että opinnäytetyössäni selvittämäni asiat ja niistä saadut tulokset edesauttavat Toimintotalon toimijoita kehittämään edelleen palveluja ihmisten kokemaa hyvinvointia lisääväksi.

## 2 OPINNÄYTETYÖN TAUSTA JA TAVOITTEET

Tässä luvussa tarkastelen opinnäytetyöni tavoitteita ja tutkimuskysymyksiäni. Kerroin tutkimuksen yhteistyötahon Toimintojentalon historiasta ja nykytilanteesta sekä talon toimintaperiaatteista. Olen aktiivisesti ollut mukana Toimintojentalon toiminnassa sekä vapaaehtoisena että myöhemmin myös työntekijänä. Nämä näkökulmat ovat lisänneet haluani tietää talon käyttäjien kokemuksia osallisena olosta yleensä sekä Toimintojentalon merkityksestä heidän elämäänsä. Tarkastelen myös aikaisemmin tehtyjä tutkimuksia osallisuuden ja hyvinvoinnin teemaan liittyen. Luvun lopuksi kuvaan opinnäytetyöni teoreettisen viitekehyksen rakentamani kuvion avulla.

### 2.1 Opinnäytetyön tavoitteet

Opinnäytetyöni tavoitteina on kartoittaa Toimintojentalon asiakkaiden näkemyksiä ja kokemuksia osallisuudesta ja mitä Toimintojentalo on heille merkinnyt? Tavoitteenani on myös selvittää talon käyttäjien näkemyksiä siitä, millaisia kehittämistarpeita he näkevät toiminnalle. Tavoitteena on saada asiakasnäkökulma tällä tavoin konkreettiseksi ja osallistaa heitä kehittämään palveluja vastaamaan heidän tarpeitaan.

### 2.2 Tutkimuskysymykset

Opinnäytetyöni tutkimuskysymykset ovat:

1. Millainen merkitys Toimintojentalolla on yksilön kokemaan osallisuuden tunteeseen?
2. Mitä kehittämistarpeita tai kehittämisideoita asiakkailla on Toimintojentalolla tarjottuihin palveluihin osallisuuden tunteen lisäämiseksi?



### 2.3 Tutkimuksen yhteistyötaho, Toimintotalo

Toimintotalo on Seinäjoen Kasperissa sijaitseva kylätalo, joka tarjoaa kaupungin ja maakunnan asukkaille mahdollisuuksia toimia, harrastaa ja osallistua erilaisiin tilaisuuksiin ja tapahtumiin. Talo on perustettu vuonna 1998, kaupunginosayhdistys Kasper – Kivistö seura ry:n toimesta. Tässä luvussa esittämäni Toimintotaloa koskevat tiedot perustuvat pääsääntöisesti Toimintotalon asiakirjoihin, mutta lisäksi myös itse tekemiini muistioihin sekä omaan kokemustietooni talon historiasta. Olen ollut toiminnassa mukana ensin toiminnan alullepanijan, asukasyhdistys Kasper – Kivistö seura ry:n johtokunnassa, sekä viimeiset neljä vuotta talon toisena vetäjänä. Tätä kautta hankkimaani tietoa joudun käyttämään, koska talosta ei ole kirjoitettu historiikkaa.

Kasper – Kivistö seura ry on toiminut aktiivisesti alueensa kehittämisen sekä asukkaiden viihtyvyyden lisäämisen eteen jo vuodesta 1978 lähtien. Kasper – Kivistö seura ry edustaa kolmannen sektorin toimijoita. Yhteiskunnassa käytetään palveluista ja niiden järjestämisestä puhuttaessa sektori nimityksiä. Konttisen mukaan ([viitattu: 30.10.2013]) palvelun tuottajat on jaettu julkiseen sektoriin, yksityiseen sektoriin ja kolmanteen sektoriin, joka käsittää kansalaisjärjestöt ja yhdistykset sekä vapaaehtoisen kansalaistoiminnan. Kolmannesta sektorista käytetään myös nimityksiä ”epävirallinen sektori” ja ”pehmeä sektori”. Käsitteen käyttö ei ole yhdenmukaista eikä selkeärajaista. Kolmannen sektorin organisaatioiden koot ja toiminnot poikkeavat suuresti toisistaan. Organisaatioita ovat muun muassa urheiluseurat, naapuruus- tai virkistysyhdistykset, yhdyskuntien paikallisyhdistykset, avustusjärjestöt ja –säätiöt, kirkot, ammatilliset järjestöt sekä erilaiset hyvinvointi-organisaatiot.

Idea Toimintotalon, niin sanotun kylätalon ja asukkaiden kohtaamispaikan, perustamisesta syntyi aikanaan tyhjän liikekiinteistön hyödyntämisen ideoinnin seurauksena. Idealle haettiin rahoitusta RAY:ltä, joka myönsi avustuksen Toimintotalo-hankkeen käynnistämiseksi kolmeksi vuodeksi. Sittemmin RAY on rahoittanut hanketta kolmentoista vuoden ajan. Lisäksi mukana on ollut muita hankkeita, mm. Leaderista, Te-keskukselta ja Ely-keskukselta. Seinäjoen kaupunki on ollut yhteistyökumppanina toiminnan alusta lähtien ja maksanut kiinteistön vuokrat ja sähköt.

Talon rakentamiseen tarvittiin aktiivisia kansalaisia, jotka toimivat yhteisen päämäärän eteen konkreettisesti ja sitoutuneesti, vieläpä ilman taloudellista korvausta työstään. Harju (2012) määrittelee kansalaistoiminnan olevan ihmisen aktiivista toimintaa yhdessä muiden kanssa toimien, yhteiseksi hyväksi, konkreettisella tavalla. Se muodostuu ihmisten hyvistä aikomuksista sekä konkreettisista teoista. Menestyksellisessä toiminnassa on tunnetta, intohimoa, läsnäoloa ja kumppanuutta sekä merkityksiä ja sitoutumista. Siihen liittyy yhteisöllinen ulottuvuus. Yhdistykset tai järjestöt ovat ihmisten yhteenliittymiä, jotka toteuttavat tiettyä yhteistä tavoitetta tai kiinnostusta.

Kasper – Kivistö seura ry on yhdistys, joka on toteuttanut edellä mainitun määritelmän osaltaan todeksi. Toimintotalo remontoitiin talkoovoimin. Taloon rakennettiin keittiö, kahvila, kirpputori, lastenhuone, kokoustiloja, lastenhuone ja saunatilat. Remontoidessa toteutettiin heti yhtä tärkeimmistä tavoitteista, syrjäytymisen ennaltaehkäisyä, sillä työtä tehdessä vapaaehtoiset ystävystyivät keskenään, saivat päiviinsä mielekästä tekemistä ja kokivat itsensä arvokkaaksi. Talosta tuli matkan kynnyksen kohtaamispaikka, jossa asiakkaat ovat saaneet olla alusta lähtien mukana ideoimassa toimintaa ja tapahtumia.

Talolla asiaton oleskelu on sallittua, ostopakkoa ei ole ja sinne on helppo mennä, vaikka lukemaan päivän lehdet. Talolla toimii arkipäivisin klo 8.30-16 lounaskahvila, kirpputori sekä lukuisia erilaisia tapahtumia ja aktiviteetteja sekä päivisin että iltaisin. Lisäksi tiloja vuokrataan juhlayhteyksiin yksityistilaisuuksiin. Asiakaskäyntejä talolla on viimeisen laskelman mukaan noin 350 päivässä. Toimintotalolla järjestetään vuositason yli 900 erilaista tapahtumaa. Tapahtumia järjestetään ”vauvasta vaariin”, eli toiminnassa pyritään ottamaan huomioon kaiken ikäiset ihmiset. Talo mahdollistaa monen eri järjestön ja yhdistyksen järjestämän toiminnan toteutumisen. Yhdistyksille ja järjestöille tiloja annetaan veloituksetta käyttöön, mikäli tapahtuma on sellainen, että kaikki asiakkaat voivat niihin osallistua. Talo toimii myös maahanmuuttajien kohtaamis-, kielenoppimis- ja työhön tutustumispaikkana. Talolla käy erilaisia vierailijaryhmiä lähiympäristöstä, maakunnasta sekä muista kaupungeista. Toimivan mallin siirtäminen muihin kuntiin on yksi toiminnan tavoitteista tulevaisuudessa. Tapahtumista tiedotetaan kahdeksan kertaa vuodessa jaettavalla suorajakelumainoksella lähialueen asukkaille, sekä koko maakuntaan

jaettavassa ilmaisjakelulehdessä sekä talon omilla nettisivuilla ja facebookissa. (Toimintojentalon toimintasuunnitelma 2013.)

Asiakkaille järjestettävät tapahtumat ovat pääsääntöisesti ilmaisia, jotta kaikilla olisi mahdollisuus osallistua niihin. Osallistumismahdollisuuksia tarjoavat muun muassa Maahanmuuttajakerhot, eri vertaistukiryhmien tapaamiset (mm. ulkomailta adoptoineet, kipu-ryhmä, Irti huumeista ry), bingo, päivätanssit, mummukerhot, erilaiset askartelukerhot, keskustelupiirit sekä lastentapahtumat. Osa ryhmistä toimii niin sanottuina ”oma-apu”-ryhminä eli ryhmät kokoontuvat ilman varsinaista vetäjää. Esimerkiksi Hyvän Olon kerho ja Köpöttelyt ovat tällaisia ryhmiä, jotka kokoontuvat kerran viikossa avoimena ryhmänä. Hyvän Olon kerhossa mummot tekevät käsitöitä ja samalla juttelevat kahvittelun lomassa joka perjantai. Mahdolliset uudet osallistujat otetaan mukaan, ryhmällä ei ole ketään nimettyä vetäjää. Köpöttelyryhmä kokoontuu joka keskiviikko sovittuna aikana kahvilaan, josta he lähtevät tekemään kävelylenkin lähiympäristöön. Lenkin jälkeen heille tarjotaan pullakahvit kahviossa keskustelujen kera. (Toimintojentalon toimintakertomus 2012.)

Erilaisten talolla järjestettävien toimintojen ylläpitämiseksi talo tarjoaa työssäoppimapaikan työttömille työnhakijoille erilaisin työllistämistoimenpitein. Työntekijät ovat monesti pitkään työttömänä olleita tai vaikeasti työllistyviä henkilöitä. Henkilökunnasta vain kolme henkilöä on vakituudessa työsuhhteessa, muu henkilöstö on työllistetty eri työllistämistoimenpitein erimittaisiksi jaksoiksi. Vuositasolla erilaisissa työllistämistukitoimenpiteissä on 50-60 henkilöä. Työllisyystoimenpiteillä olevilla henkilöillä on mahdollisuus tehdä oikeaa työtä ja palvella asiakkaita. Asiakkaille talo taas tarjoaa kohtaamispaikan, jota kautta mahdollistuu työnteko työssäoppijoille. (Toimintojentalon toimintakertomus 2012.)

Toiminnan kasvu erityisesti työllistämistoimenpiteisiin liittyen muodostui asukasyhdistykselle turhan vastuulliseksi, eikä vastannut enää yhdistyksen perimmäisiä tavoitteita. Myös rahoituksen jatkuvuudesta oltiin epävarmoja, kun RAY vuonna 2012 teki uusia linjauksia avustusperusteisiinsa. Toiminnan jatkuvuuden turvaamiseksi Kasper – Kivistö seura, Seinäjoen kaupunki, Toimintojentalon vastaavat sekä ohjausryhmä neuvottelivat yhdessä uudet hallinnointikuviot. Vuoden 2012 alusta lähtien talon koko toiminta henkilöstöineen siirtyi sitten Seinäjoen kaupungin

vastuulle, jonka tuloksena Toimintojentalo on nykyään oma tulosityksikkönsä Seinäjoen kaupungin organisaatiossa. Lisäksi syyskuussa 2011 perustettiin Toimintojentaloyhdistys ry, joka vastaa Toimintojentalon liiketoiminnasta. Toimintojentaloyhdistyksen toiminnasta vastaa hallitus, jolle toiminnanjohtaja ja henkilöstövastaava raportoivat toiminnasta. (Toimintojentalon toimintakertomus 2012.) Toimintojentaloyhdistyksen toiminnan tarkoituksena on ylläpitää, lisätä ja kehittää yhteisöllisyyttä, tasa-arvoa, osallisuutta ja hyvinvointia lähiympäristössä ja maakunnassa. Toimintojentalon arvoja ovat yhteisöllisyys, asiakaslähtöisyys, inhimillisyys, oikeudenmukaisuus ja tasa-arvoisuus. (Toimintojentaloyhdistys ry. säännöt 2011.)

## 2.4 Aiheeseen liittyviä aiemmin tehtyjä tutkimuksia

Hyvinvoinnista ja osallisuuden vaikutuksista ihmisten elämään on tehty lukuisia tutkimuksia. Käsitteet liittyvät vahvasti toisiinsa, molempiin liittyy kokemuksellisuus ja yhteisyys, ja niiden voidaan yhdessä katsoa tuottavan ihmiselle hyvää elämää. Tutkimukset kohdistuvat yleensä johonkin tiettyyn ikäryhmään tai ryhmittymään jonkun tietyn tutkittavia yhdistävän ominaisuuden mukaan. Asiaa on myös tutkittu laajemmin valtakunnallisilla hyvinvointikyselyillä. Tuon esille tässä neljä tutkimusta, jotka omasta mielestäni liittyvät tutkimaani aiheeseen olennaisesti, osa niistä on tehty koko maata kattavasti, osa pienemmällä otannalla paikallisesti, lisäksi niissä kaikissa tulee ikäihmisten näkökulma hyvin esiin. Suurin osa haastateltavistani oli ikäihmisiä, joten nostan näistä tutkimuksista saaduista tuloksista esille erityisesti sosiaalisten suhteiden merkityksen nimenomaan ikäihmisten näkökulmasta. Oman opinnäytetyöni kannalta näillä seikoilla on merkitystä tutkimustulosten vertailussa.

**Suomalaisten hyvinvointi 2006** on Stakesin tekemä tutkimus kansalaisten elinoloista ja hyvinvoinnista. Saatujen tulosten mukaan hyvinvointi työikäisillä oli selkeästi yhteydessä iän, koulutuksen, tulojen, työmarkkina-aseman ja perhemuodon kanssa. Sosiaalisen tuen puute työikäisten ryhmässä oli yleisempää vanhemmissa ryhmissä. Sosiaaliseen tuen puutteeseen vaikuttivat myös tulot, koulutus, parisuhde sekä naisilla myös työtilanne. Miesten kohdalla sosiaalista tukea puuttui eniten eläkeläisikäisiltä. (Karvonen, Lahelma & Winter 2006, 89.)

Tutkimus tarkasteli myös ikääntyneiden omia näkemyksiä elinoloistaan, toimintakyvystään, avun tarpeesta ja saannista sekä muista elämänlaadulle tärkeistä tekijöistä. Tutkimuksen tuloksena suurin osa ikäihmisistä koki, että heillä on riittävästi rahaa tarpeisiinsa nähden. Asumisväljyys oli hyvä, mutta asumisoloiissa oli parannettavaa. Ikäihmiset kokivat terveydentilansa ja fyysisen toimintakykynsä melko tai erittäin tyydyttäväksi, mutta elämää haittaavaa päivittäistä kipua kärsi yli puolet vastanneista. Iän myötä päivittäinen liikunta, raittius ja tupakoimattomuus vähenivät. (Vaarama, Luoma ja Ylönen 2006, 104—112.)

Naisten suhtautuminen omaan vanhenemiseensa oli hieman miehiä kielteisempää. Naiset olivat myös miehiä useammin yksinäisiä. Iän myötä yksinäisyyden kokeminen lisääntyi siten, että 75—79 -vuotiaat kokivat itsensä yleisimmin joskus yksinäiseksi ja jatkuvasti yksinäiseksi itsensä kokivat 85 vuotta täyttäneet. Ihmissuhteisiin oltiin tyytyväisiä, ystäviä ja sukulaisia tavattiin omasta mielestä riittävästi. Harrastuksista yleisimpiä olivat kyläily, lehtien lukeminen ja kotona harrastaminen. (Vaarama, Luoma ja Ylönen 2006, 114—121.) Lopputuloksena aikaisempiin tutkimuksiin verrattuna Hyvinvointi 2006-tutkimuksen mukaan hyvinvointi näyttää kohentuneen vanhimmissa ikäluokissa. Siinä on taustalla rakenteellinen muutos, sillä uusi eläkeläisväestö on koulutetumpaa, terveempää ja toimintakykyisempää kokonaisuudessaan. Eläkeläisten tulotaso on aiempaa korkeampi, kuitenkin on myös joukko köyhyysrajan tuntumassa sinnitteleviä ikäihmisiä. Apua tarvitsevien vanhusien riippuvuus läheisten, järjestöjen ja yksityisten palveluntuottajien palveluista on kasvanut julkisen vastuun pienentyessä avopalveluissa. (Kautto 2006, 348.)

**Kansalaisbarometri 2011** on kuvannut hyvinvointia, palveluja ja osallisuutta kansalaismielipiteissä. Kyseinen tutkimus on jo toinen valtakunnallisesti toteutettu. Aikaisempi tutkimus on vuodelta 2009. Kansalaisten näkökulman avulla saadaan tietoa tämän hetkisestä hyvinvoinnin tilasta ja ihmisten subjektiivisesta kokemuksesta. Tutkimuksessa kysyttiin kansalaisten arvioita hyvinvoinnista, omista voimavaroista ja resursseista, sosiaali- ja terveyspalveluista, yhteiskuntaan kiinnittymisestä ja osallisuudesta, osallistumisesta järjestötoimintaan sekä mielipiteitä yhteiskunnan kehittämisestä. (Siltaniemi ym. 2011, 5—14.)

Tutkimuksen mukaan valtaosa suomalaisista voi hyvin terveyden, sosiaalisten suhteiden tai taloudellisen tilanteen näkökulmasta katsottuna. Mutta noin neljäs-

osalla suomalaisista on erityyppisiä ongelmia tai vajeita hyvinvoinnissaan. Tästä joukosta noin puolella on hyvinvoinnissaan vakavia pulmia, mikä merkitsee koko väestön tasolla puolta miljoonaa suomalaista. Hyvinvoinnin määrään vaikuttavat voimakkaasti koulutus- ja tulotaso sekä kokemus terveydentilasta. Väestöryhmistä hyvinvointinsa huonoksi kokeneista nousivat muita voimakkaammin esille työttömät, pienituloiset ja heikot ihmissuhteet omaavat henkilöt. Tutkimuksessa nousi esiin myös yksinasuvien eläkeläisten kokema hyvinvointi. Heistä muodostui määrällisesti suurin joukko hyvinvointinsa huonoksi määritelleistä suomalaisista. (Siltaniemi ym. 2011, 193—197.)

Suomalaisten luottamus toisiin ihmisiin, sekä tyytyväisyys sosiaalisiin suhteisiinsa on edellä mainitun tutkimuksen mukaan vahva, mutta luottamus poliittiseen päätöksentekoon rakoilee. Heikko usko oikeudenmukaisuuden toteutumiseen heikentää huomattavasti yhteisöllisyyttä ja yhteiskunnan kiinteyttä. Tutkimuksen johtopäätöksenä riskitekijäksi näyttää muodostuvan ongelmat, jotka liittyvät yksinäisyyteen ja ihmisten yksinjäämiseen. Luottamus toisiin ihmisiin antaa kuitenkin hyvän pohjan ihmisten liittymiselle yhteen, mikä tulee ottaa huomioon yhdyskuntasuunnittelussa. Johtopäätöksissä esitetään ehdotuksena rahoitusta ja tukea erilaisten kohtaamispaikkojen luomiselle, jotka tukevat ihmisten yhteen tulemistä. Järjestöjen rooli suomalaisten osallistumismahdollisuuksien ja yhteisöön kuulumisen tarjonnassa on jo nyt suuri ja järjestötoimintaan osallistuminen on suurimmalle osalle suomalaisista tärkeää. Kunnissa tulisi nähdä tämä ja pystyä turvaamaan kansalaisjärjestöjen toimintamahdollisuudet esimerkiksi toiminta-avustusten suuntaamisella niille. (Siltaniemi ym. 2011, 206—207.)

**Kokemuksellinen hyvinvointi Seinäjoen kolmella asuinalueella** –hankkeen lähtökohtana oli ollut yleinen huomio yksilöiden hyvinvoinnista välittyneestä ristiriitaisesta tutkimustiedosta. Tutkimuksessa kartoitettiin Seinäjoella kolmen asuinalueen – Keskusta-Marttilan, Niemistönmaan ja Upan alueen – asukkaiden kokemuksellista hyvinvointia. Tutkimuksessa tarkasteltiin haastateltujen omia subjektiivisia näkemyksiä ja arvioita omasta hyvinvoinnistaan sekä hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä. Lisäksi siinä tarkasteltiin turvallisuuden kokemuksia ja yhteisöllistä viihtyvyyttä hyvinvoinnin näkökulmasta. (Perttula 2005, 9,79.)

Tutkimuksen mukaan sosiaaliset suhteet koettiin elämään sisältöä tuovaksi henkeiksi arjen keskellä. Tutkimuksen tulos vastasi hyvin muita tutkimuksia nykyajan elämänmuodon vaikutuksesta ihmisten tärkeimpiin lähiverkostoihin. Ystävien merkitys sosiaalisessa verkostossa on osin ohittanut naapuruus ja sukulaisuussuhteiden merkityksen. Toisaalta tutkimuksessa ikäihmisten kohdalla korostuivat perheen, sukulaisten sekä osin myös viranomaisverkostojen merkitys. Tulosten mukaan oli kuitenkin havaittavissa keskinäisen avun verkostojen harvenemista. Naapuriston sosiaalisten suhteiden ja avun merkitys korostui ikäihmisten keskuudessa nuoria ikäluokkia enemmän. He pitivät myös muita ikäluokkia enemmän harrastuksia hyvänä väylänä uusien sosiaalisten suhteiden solmimiseen. (Perttula 2005, 80—81.)

Tutkimuksen mukaan ydinperheikäiset elivät sosiaalisesti kaikkein palkitsevinta ja helpointa elämää. Sosiaaliset verkosto olivat monensuuntaisia ja tiiviitä. Sen sijaan nuorilla elämää kuormittivat muun muassa yksinäisyys, parisuhdevaikeudet ja tarpeettomuuden tunteet. Ikäihmisten kohdalla korostuivat yksinäisyys, masennus, sairaudet ja omat tai puolison kivun kokemukset, terveyden heikkeneminen sekä sosiaalisen avun verkostojen heikkeneminen. (Perttula 2005, 82.)

**”Kun vaan ottaa ittestään irti että lähtee”** on Kerttu Ojalehdon opinnäytetyö, jossa hän on tutkinut ikäihmisten osallisuutta Kytälänkylä -projektissa. Sekä projektin että opinnäytetyön tavoitteena on ollut edistää osallisuutta ikäihmisten keskuudessa. Ojalehto selvitti ikäihmisten omia kokemuksia projektin toiminnoista, heidän oman osallistumisensa tärkeyttä, sitä miten oma osallisuus ilmenee ja kuinka osallisuutta voitaisiin tukea ja edistää jatkossa.

Ojalehdon haastattelemat henkilöt kokivat tiedottamisen ja uusien ihmisten saamisen mukaan tärkeäksi. Osallistumisen haastateltavat kokivat olevan omalla vastuullaan, he kokivat myös tärkeäksi sen, että pystyivät osallistumaan ilman velvollisuuksia ja vastuuta. Tutkimuskysymysten ulkopuolelta nousi esiin ikäihmisten tarve ja halu vertaissuhteisiin. Toimintojen läheisyys koettiin hyväksi asiaksi, kun paikka on lähellä, osallistuminen helpottuu. Myös työntekijän rooli osallisuuden kokemuksessa nousi esiin. Arvostava, innostava ja kaikkiin tasapuolisesti suhtautuva työote koettiin tärkeäksi samoin kuin jokaisen huomioiminen, vaikka vain pienellä eleellä. Tutkimuksessa oli havaittavissa myös jakaantuminen osallistumises-

sa. Osa ikäihmisistä ottaa aktiivisesti osaa yhteiskunnallisiin toimintoihin ja osa ihmisistä on yhteiskunnallisten toimintojen ulkopuolella ilman sosiaalisten suhteiden tuomaa tukea. (Ojalehto 2011, 32—41.)

## 2.5 Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys

Opinnäytetyöni teoreettinen viitekehys havainnollistuu muodostamallani kuviolla (Kuvio 1). Tarkoitukseni on sen avulla kuvata opinnäytetyöni kokonaisuutta tiivistetysti. Kuvion suppilo kuvaa käsitteiden linkittymistä toisiinsa. Osallisuus on opinnäytetyöni pääteema, johon liittyy kiinteästi yksilön kokema hyvinvointi. Kuviosta näkee mitkä seikat muun muassa osallisuuden syntyyn vaikuttavat.

Teoriaosuuteni aluksi käsittelen **yhteisön** käsitettä. Yhteisö-termi juontaa alkunsa englanninkielisestä termistä *community*. Eräsaari (2009, 69) näkee termien vertailussa erona paikkaan tai alueeseen sidotun yhteyden, joka *community*-termillä on hyvin voimakas. Suomalaisella yhteisöllä vastaavasti viitataan ihmisiin ja heidän sosiaalisiin suhteisiinsa. Kaikille erilaisille yhteisöstä käytetyille termeille hän näkee yhteiseksi käsitteeseen liitetyn lämmön, joka on jo olemassa tai sen mahdollisuuden viitataan.

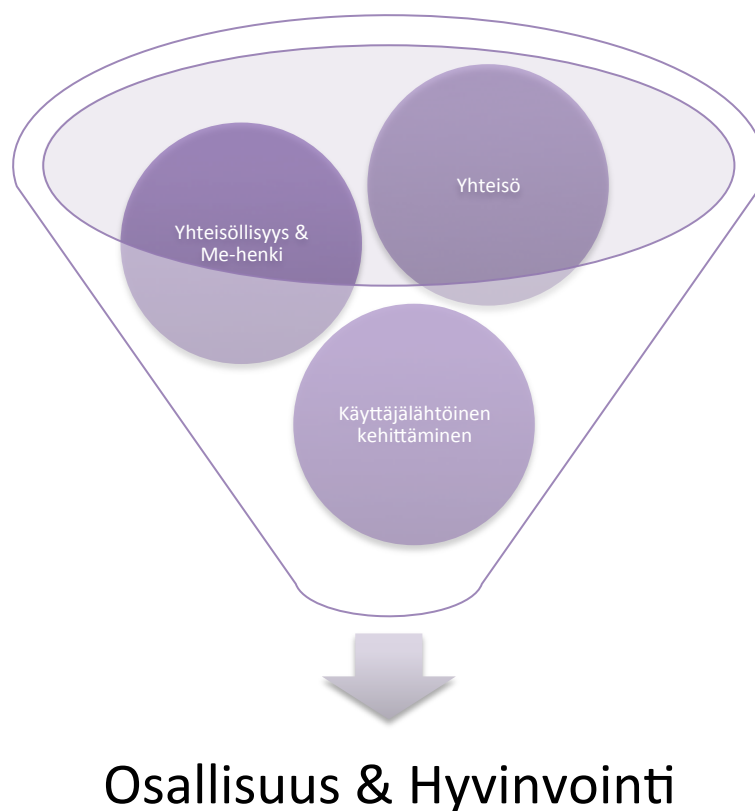
Yhteisö ja siihen liittyvä lämpö luo **yhteisöllisyyttä**. Se on yhteisön asettamien päämäärien, tavoitteiden ja arvojen tiedostamista jäsentämistä ja näkyväksi tekemistä. Yhteisöllisyys on mahdollisuus ja voimavara sekä kokemus osallisuudesta, vaikuttamisen mahdollisuudesta ja välittämisen tunteesta. (Mitä yhteisöllisyys on? [viitattu: 29.1.2013].) Sen syntyyn tarvitaan **me-henkeä**, joka syntyy aidossa vuorovaikutuksessa avoimuuden, oikeudenmukaisuuden ja yhteisen tekemisen kautta. Me-hengen ja yhteisöllisyyden kehittämisessä ei sovi unohtaa myöskään huumorin merkitystä. (Lerssi-Uskelin & Vanhala 2011, 20.)

**Osallisuutta** on yhteisöön kuulumisen sekä oikeus osuuteen yhteisön hyvästä. Osallisuus nimenomaan tekee yhteisöön kuulumisesta arvokasta ja toivottavaa. Osuus yhteisön hyvästä tarkoittaa turvallisuutta, mahdollisuutta mielekkääseen toimintaan sekä yhteistyön voimaa. Näiden tarjoamien toimintamahdollisuuksien hyödyntäminen osallistumalla on osallisuuden toteutumisen konkreettinen perusta.



(Nivala 2008, 166—167.) Osallisuus liittyy näin yhdessä olemiseen, joka tuottaa subjektiivista **hyvinvointia** ja tyytyväisyyttä omaan elämään ja luo sosiaalista pääomaa ihmiselle (Toikko 2012, 27).

Osallisuutta voidaan lisätä myös **kehittämistoiminnan** avulla, sillä se tarvitsee käyttäjien osallisuutta ja aktiivisuutta. Hyvinvointipalvelujen kehittämisen yhteydessä korostetaan kansalaisten ja palvelujenkäyttäjien roolia kehittämistoiminnassa. Tällä pyritään muuttamaan perinteistä ylhäältä alas tapahtuvan kehittämistoiminnan suuntaa päinvastaiseksi. (Toikko 2012, 148.)



Kuvio 1. Opinnäytetyön teoreettinen viitekehys

### 3 YHTEISÖLLISYYS JA ME-HENKI

Yhteisöllisyyden tunteen syntyyn tarvitaan yhteisö, jossa yhteisöllisyyden voi saavuttaa. Yhteisöllisyys ja tunne me-hengestä vastaavasti liittyvät toisiinsa kiinteästi. Tarkastelen tässä luvussa näitä kolmea käsitettä. Ne puolestaan ovat perustana osallisuudelle, ilman näitä elementtejä osallisuuden kokemusta ei synny. Yhteisö käsitettä tuon esiin erityisesti kansalaisyhteisön näkökulmasta, lisäksi tarkastelen yhteisöllisyyttä ja me-henkeä sekä niiden yhteyttä toisiinsa.

#### 3.1 Yhteisö ja sen ominaisuudet

Yhteisön yksiselitteistä määritelmää on miltei mahdotonta antaa, sillä yhteisö tarkoittaa erilaisia asioita eri ihmisille. Ihmisten puhuessa yhteisöistä, he jättävät monesti määrittelemättä, mitä sillä tarkoitavat. Käsitteeseen liittyviä miellelyhtymiä on muokannut lisäksi yhteiskunnalliset muutokset. Aiemmin yhteisöt ovat olleet nykyistä enemmän sidoksissa alueeseen ja paikkaan. Nykypäivänä näiden tilalla korostuu vuorovaikutteisuus, emotionaalisuus sekä solidaarisuuden tunne. Tästä voi mainita esimerkkinä virtuaalisuuteen liittyvät verkkoyhteisöt, joissa ihmiset voivat kokea hyvinkin vahvaa yhteenkuuluvaisuuden tunnetta tietämättä muiden osallistujien fyysistä paikkaa. (Saastamoinen 2009, 42.) Nivalan (2008, 50—51) mukaan yhteisön ulottuvuus on pelkistetyksi sitä, että kokevatko ihmiset yhteenkuuluvuuden tunnetta tai mikä on heitä yhdistävä tekijä. Yhteisöt voivat olla alueellisia tai muodollisia, jolloin ne ovat ulkoapäin määriteltyjä yhteisöiksi ilman yhteenkuuluvuuden tunnetta. Tällaisissa tapauksissa yhteisöllisen kokemuksen syntymiseen voi kulua pitkä aika.

Hyypä (2002, 26—28) määrittelee kansalaisyhteisön sellaisten henkilöiden muodostamaksi kokonaisuudeksi, jotka omaavat jotain yhteistä keskenään. Sen perustana voi olla joko paikallisuus tai yhteinen ominaisuus, joka ylittää tietyn paikan rajat. Yhteisön tärkeimpiä ominaisuuksia on yhteishengen tunne, joka puolestaan perustuu yhteiseen historiaan onnistumisineen ja epäonnistumisineen. Yhteisö rakentuu sosiaalisesta verkostosta, jossa on sekä tiukkoja että löysiä siteitä. Vapaaehtoiset yhteisöt koostuvat monesti heikoista siteistä, jotka lisäävät yksilön liik-

kumavaraa vahvoja siteitä enemmän. Heikkojen ja vahvojen siteiden määrällä yhteisössä on merkitystä kansalaisyhteisön sosiaalisen pääoman kannalta, sillä vahvojen siteiden kiinteät ”veli- tai mafiaverkostot” eivät edistä hyvinvointia.

Sosiaalisen pääoman Hyyppä (2013, 18—19) määrittelee aineettomaksi varannoksi, joka ilmenee sosiaalisena osallistumisena ja harrastustoimintana ja tapahtuu ruohonjuuritasolla ihmisten luottamuksellisissa suhteissa. Se on ihmisten keskinäisen luottamuksen sitoman löyhän verkoston ominaisuus, joka syntyy mehengestä ja me-tavoitteista. Talkoisiin osallistuminen ja kuoroharrastus ovat esimerkkejä sosiaalista pääomaa kuvaavista arvoista. Niissä toisilleen vieraat ja tutut ihmiset muodostavat ryhmän, joka perustuu keskinäiseen luottamukseen, toimii yhteisen päämäärän hyväksi ja viihtyy keskenään.

### **3.2 Yhteisöllisyyden kehittyminen**

Yhteisöllisyys on osallisuutta ja yhteenkuuluvuutta, joka rakentuu yhteisön jäsenten välisissä suhteissa ja vuorovaikutuksessa (Mitä yhteisöllisyys on [Viitattu 29.1.2013]). Ryhmän yhteisöllisyys kehittyy pitkällä ajanjaksolla ja on luultavasti sitä voimakkaampaa, mitä paremmin yhteisön jäsenet tuntevat toisensa ja omaavat samoja arvoja ja päämääriä (Raina & Haapaniemi 2007, 34). Yhteisöllisyydellä on oma tehtävänsä syrjäytymisen ehkäisyssä ja vähentämisessä. Yhteisöihin osallistumalla, yhdessä toimien ja vuorovaikutuksessa toisten kanssa sosiaaliset suhteet sekä oma hyvinvointi lisääntyvät. Syrjäytymisestä puhuttaessa sosiaaliset suhteet vastaavasti ovat yleensä heikentyneet. Hyvinvointi ja voimavarat voivat lisääntyä myös vertaisryhmissä, jopa silloinkin, vaikka ryhmissä esiintyisi sosiaalisia ongelmia. (Hyväri & Nylund 2010, 29.) Ihmisen oma identiteetti määräytyy suhteessa yhteisöön. Yhteisöllisyydellä on siis pääsääntöisesti positiivinen vaikutus itsetuntemukseen ja hyvinvointiimme. (Lindfors 2007, 21—37.)

Yhtenä yhteisöllisyyden tukijaloista lapsuudessa voidaan pitää koulua. Kun lapset oppivat yhteisössä toimimisen, sitä on helppo jatkaa vanhempanakin. Koulun lisäksi yhteisöllisyyttä lisää myös vapaaehtoinen järjestötoiminta. (Hyyppä 2005, 161—163.) Järjestöjen merkitys ihmisten sosiaaliselle hyvinvoinnille ja sen vahvistamiselle on suuri iästä riippumatta. Järjestöissä ihmiset voivat osallistua ja toimia

itselleen tärkeiksi kokemien asioiden puolesta. Yhteinen toiminta ja vuorovaikutus tuottavat monenlaisia hyvinvointivaikutuksia tekemisen ohessa. (Seppälä 2011, 162.) Hyyppä (2013, 33—34) kirjoittaa Helsinkiin perustetusta asumisyhteisöstä, jossa ikäihmiset olivat rakennuttaneet Loppukiri- nimisen kerrostalon. Siellä jokaisella asukkaalla on oma yksityisyytensä, mutta yhteiset tilat mahdollistavat yhdessä harrastamisen, kerhot, kahvittelut ja yhteiset juhlat. Hyyppä korostaa kahvin merkitystä ihmisiä yhteenkokoavana asiana, joka on suomalaisille ominaista kulttuuria. Kahvilakulttuuria voidaankin pitää yhtenä suurena yhteisöllisyyden rakentajana ja ylläpitäjänä, joka symbolisen merkityksensä lisäksi vaikuttaa terveyteen ja hyvinvointiin myös fysiologisesti.

### 3.3 Me-hengen merkitys

Yhteisöllisyyttä ei kuitenkaan synny ilman me-henkeä. Me- henki kehittyy luottamuksen ja vuorovaikutuksen ohella. Vastavuoroisesti taas luottamuksen ja vuorovaikutuksen kehittyminen vaatii me- henkeä. Me-henkeä on siellä, missä ihmiset kohtaavat ja siitä syntyy talkoohenkeä ja harrastuksia. Me-hengen voima on valtava. On tutkittu, että me-hengen läpäisemä yhteisöllisyys pitää ihmisiä hengissä. Sen merkitys ja voima on verrattavissa jopa tupakoimattomuuteen ja se on paljon tehokkaampaa kuin esimerkiksi laihduttaminen. Ihmiset, jotka viihtyvät vapaa-aikanaan harrastuksissa, yhdistystoiminnassa tai kulttuuririennoissa myös elävät passiivisia ihmisiä kauemmin. (Hyyppä 2005, 8—9, 98—99, 159.)

Toimintotalon entisen toiminnanohjaajan Romppaisen (2013) mukaan me-hengellä ja yhteisöllisyydellä on vaikutusta myös syrjäytymisen ennaltaehkäisyssä. Tämä väite osoittautui todeksi muun muassa Toimintotaloa rakentaessa. Talon talkootöitä varten Romppainen keräsi yhdessä yhdistyksen johtokunnan jäsenten kanssa talkooväkeä tuntemistaan ihmisistä ja he pyysivät heitä talkootyöhön osallistumalla auttamaan yhteisen projektin toteutumista. Jokainen sai osallistua siten kuinka itse koki itselleen parhaaksi tavaksi. Yhteinen tekeminen ja päämäärä muokkasivat ihmisistä yhteisön, jossa ei ihmisen asemaa yleisesti määrittelevillä tekijöillä, kuten ammatilla tai koulutuksella ollut merkitystä. Talkoolaiset olivat tasavertaisia keskenään ja mielekkään yhdessä tekemisen kautta me-henki kasvoi

ja auttoi osallistujia myös saamaan päiviinsä kaivattua sisältöä ja sitä kautta apua elämänhallintaansa.

Hyyppä (2005, 8,17-18) näkee kansalaisten vapaaehtoisen osallistumisen järjestöjen toimintaan sekä heidän sosiaalisen aktiivisuutensa sosiaalisena pääomana, jolle hyvinvointivaltio voi antaa edellytyksiä, mutta se ei voi synnyttää sitä. Sosiaalista pääomaa on nimenomaan ihmisten muodostamilla yhteisöillä, ei yksittäisellä ihmisellä. Kaikenlainen ihmisten vapaaehtoinen harrastustoiminta ja puuhastelu erilaisissa järjestöissä edesauttaa hyvän terveyden ylläpitämistä ja jopa pidentämään elämää.

## 4 OSALLISUUS OSANA IHMISEN ELÄMÄÄ

Omien kokemuksieni kautta olen huomannut osallisuuden merkitsevän paljon myös kokemaani hyvinvointiin. Tässä luvussa käsittelen osallisuuden käsitteeseen liittyviä teemoja sekä hyvinvoinnin käsitettä. Osallisuus, osallistuminen, osallistaminen ja syrjäytyminen liittyvät kaikki olennaisesti ihmisen kokemaan osallisuuteen, jotka vaikuttavat myös laajemmalti yhteisöön ja yhteiskuntaan.

### 4.1 Osallisuus

Suomen perustuslaissa on säädetty demokraattisen päätöksenteon ja kansalaisten osallistumisen keskeiset elementit. Sen mukaan yksilöllä on oikeus osallistua ja vaikuttaa ympäristönsä ja elinympäristönsä kehittämiseen sekä äänestää. Julkisen vallan velvollisuus on edistää yksilön mahdollisuuksia yhteiskunnan toimintoihin osallistumiseen sekä itseään koskevaan päätöksenteon vaikuttamiseen. (Osallisuusselonteko 2002, 4—5.) Osallisuuden käsitettä käytetään useissa eri merkityksissä, jotka voi liittää kansalaisosallistumisen edistämiseen, yhteiskunnallisen integraation turvaamiseen ja syrjäytymisen ehkäisyyn (Nivala 2008, 166). Perustuslaissa osallisuus käsitetään osallistumiseksi ja olennaiseksi osaksi demokratian kehitykselle (Suomen kansallinen toimintasuunnitelma 2009, 5).

Osallisuus tarkoittaa englanninkielistä inclusion- käsitettä, jolla tarkoitetaan sisäpuolisuutta tai sisäpuolelle ottamista. Sen vastakohta, exclusion, taas tarkoittaa ulkopuolisuutta, ulkopuolelle sulkemista. (Nivala 2008, 166.) Osallisuuden käsitteellä tarkoitetaan johonkin yhteisöön osallistumista ja siinä osallisena olemista. Osallisuus luo ihmisen elämään mielekästä merkitystä ja tuottaa siten ihmisille hyvinvointia ja terveyttä. (Osallisuus, [viitattu 7.1.2013].) Osallisuus on lisäksi myös oikeutta osuuteen yhteisön hyvästä. Tällä tarkoitetaan kaikkea sitä positiivista, mitä yhteisöllä on tarjota verrattuna yksilöihin yksinään. (Nivala 2008, 166.)

Osallisuutta ja osallistumista monesti verrataan keskenään, osallisuus on kuitenkin osallistumista laajempi käsite. Osallisuus voi olla joko omaehtoista kansalaistointia, kansalaisaktivismia tai järjestöosallisuutta. (Osallisuusselonteko 2002, 4—

5.) Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallisen kehitysohjelman, Kaste-ohjelman, mukaan yhteiskunnan osallisuudella tarkoitetaan jokaisen ihmisen mahdollisuutta terveyteen, koulutukseen, työhön, toimeentuloon, asuntoon ja sosiaalisiin suhteisiin (Sosiaali- ja terveydenhuollon... 2012, 20). Osallisuus on vastakohta osattomuudelle, osallistumattomuus taas on vastakohta osallistumiselle. Termit ovat lähellä toisiaan, puhutaan samasta asiasta, mutta eri näkökulmista. Osallisuuteen liitetään kiinteästi myös termit yhteenkuuluvuus ja solidaarisuus. Solidaarinen yhteisö tai ryhmä on kiinteä, jossa on hyvä henki. Yhteisöissä heikompia autetaan ja yhteenkuuluvuuden tunne on yhteisöä lujittava ja yhtenäistävä voima. (Suomen kansallinen toimintasuunnitelma 2009, 5.)

Osallisuuteen liittyy hyvin olennaisesti kokemuksellisuus. Yksilön itsensä kannalta osallisuus toteutuu vasta, kun hän kokee olevansa osallinen yhteisön mahdollisuuksista, elämästä, toiminnasta ja vuorovaikutuksesta. Osallisuuden kokemus muotoutuu näin ollen aseman, sen sisältämien oikeuksien, niiden toteutumisen ja toimintaan osallistumisen pohjalta. Tämän lisäksi koettuun osallisuuteen tarvitaan positiivinen tunnesuhde yhteisöön ja sen muihin jäseniin. Osallisuuden kokemuksesta voi vahvistaa yhteisön kulttuuriseen perustaan, arvoihin, normeihin, historiaan, kulttuuriperintöön kiinnittymisellä. Se ei kuitenkaan pelkästään riitä, vaan osallisuus rakentuu annetun, osallistuvan ja koetun jäsenyyden pohjalta kokonaisvaltaisesti. (Nivala 2008, 168.) Tärkeitä osallisuuden voimavaroja ihmiselle ovat hänen elämäntilanteensa, terveydentilansa sekä toinen ihminen (Rouvinen-Wilenius 2012, 31).

Osallisuuden kokemukseen tarvitaan kansalaisyhteisön tarjoamat mahdollisuudet osallisuuteen, mutta myös kansalaisen omat yksilölliset valmiudet hyödyntää tarjolla olevia mahdollisuuksia. Yhteisön tarjoamia mahdollisuuksia ovat muun muassa oikeudet, joiden avulla yhteisön jäsenet pystyvät toimimaan ja osallistumaan yhteisössä esimerkiksi päätöksentekoon tai järjestäytymiseen. Yksilölliseen hyödyntämiseen tarvitaan erilaisia tiedollisia, taidollisia ja toiminnallisia valmiuksia. Lisäksi tarvitaan myös sosiaalisia valmiuksia osallistua yhteisön elämään. (Nivala 2008, 169—170.) Lisäksi Kiilakoski, Gretschel & Nivala (2012, 18) toteavat, että osallisena oleminen ei ole pelkästään mukana olemista, vaan se tarkoittaa myös mahdollisuutta muuttaa sitä yhteisöä, johon kuuluu.

## 4.2 Hyvinvoinnin merkitys osallisuudessa

Hyvinvoinnin määrittäminen yksiselitteisesti tai tyhjentävästi on miltei mahdotonta, sillä se on erittäin moniulotteinen sekä ilmiönä että käsitteenä. Teoreettisen käsitteen määrittelyn pohjana voi käyttää aiempia teorioita ja määrittelyjä. Tässä on kuitenkin huomioitava, että jokainen tutkimus perustuu hyvinvoinnin ymmärrykseen tietyn näkökulman kautta katsottuna, joka kulloinkin liittyy käsillä olevaan tutkimukseen. Hyvinvointia voidaan tarkastella sekä tarve- että resurssipohjaisen ajattelun kautta. Tarvepohjaisessa määrittelyssä hyvinvointia määritellään perustarpeiden tyydyttymisellä. Yksimielistä selitystä ei ole kuitenkaan pystytty määrittelemään sille, mitkä ovat perustarpeet. Resurssipohjaisessa lähestymistavassa puolestaan mitataan erityyppisiä elintason osatekijöitä, kuten terveys, koulutus, työllisyys, perhesuhteet, sosiaaliset suhteet ja taloudelliset resurssit. (Siltaniemi ym. 2011, 11.)

Erik Allardt on jaotellut hyvinvoinnin kolmeen osatekijään. Näitä ovat elintaso ("having"), yhteisyyssuhteiden ("loving") sekä ihmisenä olemisen ("being") - ulottuvuudet. Elintasaan vaikuttavat tulot, asuminen, terveys, koulutus ja työllisyys. Yhteisyyssuhteet käsittävät paikallisyhteisyyden sekä perhe-, ystävyysuhteet. Ihmisenä oleminen käsittää itsensä toteuttamisen ja vaikutusmahdollisuudet. (Allardt 1976, 50—51.)

Allardtin hyvinvoinnin jaottelu on selkeä, mutta ei määrittele hyvinvointiarvojen ensisijaisuutta toisiinsa nähden. Myös osallisuuden voidaan katsoa rakentuvan näille kolmelle ulottuvuudelle. Terveiden ja hyvinvoinninlaitoksen Osallisuuden edistämisen yksikkö on pyrkinyt selkiyttämään osallisuuden käsitettä Allardtin teoriaa hyväksikäyttäen. Sen mukaan osallisuuden elementtejä ovat riittävää toimeentuloa ja hyvinvointi (having), yhteisöihin kuuluminen ja jäsenyys (belonging) sekä valtaisuus ja toimijuus (ACTING). Jokaisella osallisuuden ulottuvuudella voidaan katsoa olevan vastapari syrjäytymisen ulottuvuudella. Tällöin vajeus jollain osallisuuden alueella heijastuu syrjäytymisriskin lisääntymisenä. (Osallisuus syrjäytymisen vastaparina 2014). Voidaan siis huomata, että hyvinvoinnin ja osallisuuden käsitteiden merkitys ovat tämän jaottelun mukaan hyvin lähellä toisiaan. Toikko (2012, 21—25) tarkastelee hyvinvoinnin käsitettä *wellfare*- hyvinvointina, jolla tarkoitetaan yhteiskuntapoliittisia, hyvinvointia tukevia järjestelmiä, sekä *wellbeing*- hyvinvointina,



joka liittyy yksilöiden henkilökohtaiseen kokemukseen ja näkemykseen. Kansalaisten kokemuksellisen hyvinvoinnin merkitys on kasvanut yhteiskunnassa. Sosiaalipalvelujen tarkoitus on tukea ja vastata kansalaisten arjen hyvinvointia.

## 4.2 Osallistuminen

Osallisuuden toteutumiseen vaaditaan yksilön osallistumista. Se tarkoittaa kansalaisen mukanaoloa ja toimintaa yhteisön elämässä ja toiminnassa. Osallistuminen voi olla eri laatuista ja eri vahvuista. Se voi olla poliittista, sosiaalista tai kulttuurista osallistumista kansalaistoimintaan. Kansalaisen osallistumisesta puhuttaessa tarkoitetaan erityisesti julkisessa toimintaympäristössä tapahtuvaa toimintaa. Osallistumisen vahvuus on suoraan verrattavissa osallisuuden kehittymisen vahvuuteen. (Nivala 2008, 170—171.) Osallistuminen on parhaimmillaan silloin, kun ihmiset luovat itse omista tarpeistaan lähtevää toimintaa. Tarvittaessa voi kysyä ja saada apua ja tietoa alan ammattilaisilta. Osallistuessaan ihmiset saavat myös yhteisöllisyyden kokemuksia. (Matthies 2008, 78.) Heikoimmillaan osallistuminen on, jos yksilö toimii vain vastaanottajana, vaikuttamatta toiminnan sisältöön tai suuntaan (Nivala 2008, 171).

Osallistumisen kautta opitaan vuorovaikutustaitoja sekä erilaisia vaikuttamisen taitoja. Näitä ovat muun muassa ryhmätyötaidot, kyky ilmaista ja perustella omia mielipiteitä, esiintymistaidot sekä vastuun ottaminen ja kantaminen. Osallistuminen antaa mahdollisuuden oppia juuri niitä tietoja ja taitoja sekä halua toimia, mihin muuten ei ole ollut mahdollisuutta. (Gellin ym. 2012, 141—142.) Osallistuessaan ihminen toimii aktiivisesti itselle mielekkään asian tai yhteisön eteen. Mahdollisuuksia ja vaihtoehtoja osallistumiseen löytyy, mutta se ei yksin riitä. Tarvitaan tietoa mahdollisuuksista sekä yksilön oma halu toimia yhteisössä ja yhteisten asioiden eteen. Osallistumalla ihminen hyödyntää tarjolla olevia toimintamahdollisuuksia. Vasta osallistumisen kautta kansalaisen osallisuus ja kuuluminen yhteisöön konkretisoituu. (Nivala 2008, 167.) Brandin ja Burgardin (2008, 211) mukaan Putnam (2000) näkee yhteiskunnallisen osallistumisen olevan tärkeää myös osallistuvalla demokratialle, terveyttä tukevalle naapurustolle sekä tehokkaasti toimiville kouluille.

Osallistuminen voi olla monentasoista. Osallistumisen ja siihen sitoutumisen määrään voi vaikuttaa sekä yksilön oma kiinnostus ja halu, mutta myös yhteisön tarjoamat ja sallimat mahdollisuudet osallistua. Toikko (2006, 13—22) määrittelee Clarkia ym. (2008) mukaillen palveluiden käyttäjien osallistumista palveluiden suunnitteluun, toteutukseen ja kehittämiseen seuraavien viiden tason mukaisesti: Ei osallistumista, rajoitettu osallistuminen, kasvava osallistuminen, yhteistoiminta ja kumppanuus. Toikon ajatuksia voi kuvata kuviolla 1.



Kuvio 2. Osallistumisen tasot (Toikkoa 2006, 13—22, mukaellen)

Ensimmäisellä tasolla palveluiden käyttäjät eivät osallistu lainkaan suunnitteluun eikä toteutukseen. Toisella tasolla palvelujen käyttäjät saavat rajoitettua tietoa palveluista, heitä voidaan myös satunnaisesti konsultoida muutostilanteissa. Kolmannella tasolla käyttäjiä konsultoidaan säännöllisesti palveluita koskevissa asioissa. Neljännellä, yhteistoiminnan tasolla, käyttäjät osallistuvat säännöllisesti palvelujen kehittämiseen, niistä käytävään keskusteluun sekä päätöksentekoon. Viidennellä tasolla palvelun käyttäjät työskentelevät kaikilla palvelun alueilla yhdessä henkilökunnan kanssa. Palvelun käyttäjiä myös palkataan organisaation tehtäviin.

**Osallistumisen tapoja eri ikäkausina.** Lasten osallisuus ja osallistuminen eivät synny itsestään, vaan toteutuminen vaatii aikuisten oikeanlaista toimintaa. Aikuisen tulee antaa tietoa, toimia innostajana, kannustajana ja rohkaisijana. Lapsi kasvaa ensin oman elämänsä osalliseksi ja sitä kautta aktiiviseksi kansalaiseksi. (Herranen & Mäntysalo - Lamppu 2011, 36.) Nuorten osallisuuden ja osallistumisen ajatellaan lisäävän heidän vastuuta omista tekemisistään ja kykyään toimia aktiivisina kansalaisina. Kun nuorella on mahdollisuus osallisuuteen, se kasvattaa häntä vastuulliseksi yhteiskunnan jäseneksi. Nuorten osallisuuden tunteen kokeamiseen vaikuttaa paljon kuinka vanhemmat ihmiset kuuntelevat heitä ja ottavat heidän mielipiteitään huomioon. (Kohti aktiivista kansalaisuutta raportti 2005, 16.)

Nuori saa osallisuuden kautta kokemuksen omista vaikuttamismahdollisuuksista. Osallisuus on nuoren perusoikeus, johon kasvetaan ja kasvatetaan. Osallistuesaan nuori oppii vaikuttamaan itselle mielekkäisiin asioihin, jolloin opittu osallisuus seuraa luontevasti aikuisuuteen ja sitoo samalla häntä osaksi yhteiskuntaa. (Nuorten osallisuus, [viitattu 21.1.2013].)

Aikuisiässä työnteon merkitys korostuu merkittävimpana osallistumisen keinona. Raunio (2008, 83, 94) toteaa työnteon olevan parasta lääkettä syrjäytymiseen ja siitä johtuviin ongelmiin. Sosiaali- ja terveysministeriön tiedotteessa ”Vanhuuseläkeläiset yhteiskunnan voimavarana” (2007) todetaan ikäihmisten panoksen olevan merkittävän yhteiskunnalle sekä sosiaalisesti että taloudellisesti. He tekevät paljon näkymätöntä työtä toimimalla muun muassa lastenhoitoapuna lapsilleen, omaishoitajana sekä muussa vapaaehtoistoiminnassa. Haarnin (2010, 32-33, 118, 166—167) mukaan hyvä vanheneminen tarkoittaa eri ihmisille eri asioita. Eläkeiässä osallistumaan päädytään eri tavoin. Osalla se voi olla jatkoa aiemmalle osallistumiselle tai palkkatyötä korvaavaa toimintaa tai täysin uudenlaista tekemistä. Monien aihetta käsittelevien tutkimusten mukaan osallistumisella on terveyttä ja hyvinvointia edistävä vaikutus. Pääkaupunkiseudulla aktiivisten eläkeikäisten elämästä tehdyn tutkimuksen mukaankin kaikkia haastateltuja yhdistäväksi tekijäksi nousi oma hyvinvointi. He tiesivät omasta kokemuksesta osallistumisella olevan myönteisen merkityksen hyvinvoinnilleen. Aktiivisten osallistujien mielestä osallistuminen on etu josta on itselle hyötyä ja iloa, se virkistää, samalla voi auttaa muita ja tuntea olevansa hyödyksi toisille ja yhteiskunnallekin

### 4.3 Osallistaminen

Osallistumisen ja osallistamisen käsitteet liittyvät hyvin läheisesti toisiinsa. Käsitteenä osallistaminen on miltei paradoksaalinen. Käsite korostaa toisaalta toimijoiden omaa osallistumista johonkin, mutta toisaalta siihen liittyy ulkoapäin vaikuttaminen. Tällöin toimijoita ohjataan ja opastetaan, joskus jopa pakotetaan osallistumaan. Vaikka osallistamiseen liittyy ulkopuolinen aloite, siihen liittyvän toiminnan oletetaan etenevän osallistujien itse asettamillaan ehdoilla heidän itsensä määrittelemään suuntaan. Osallistavalla toiminnalla on hyötyä kehittämistoiminnassa,

sen kautta lisätään muun muassa sitoutumista kehittämiseen. (Toikko & Rantanen 2009, 90.)

Osallisuutta omaan elämään ja sen tapahtumiin voidaan vahvistaa osallistavalla sosiaalityöllä. Se on asiakkaan elämään tehtävää väliintuloa, joka on samalla asiakkaan kansalaisuutta vahvistavaa. Esimerkiksi kuntouttava työtoiminta voi olla osallistavaa, jos se auttaa jo omiin mahdollisuuksiinsa uskonsa menettänyttä luottamaan omiin kykyihinsä. (Juhila 2006, 119—120.) Suomen hallitus on elokuussa 2013, rakennepoliittisessa ohjelmassaan, päättänyt kehittää osallistavaa sosiaaliturvaa työkäisille, muiden Pohjoismaiden käyttämän osallistavamman mallin mukaan. Tällä tarkoitetaan esimerkiksi työttömyyskorvauksen sovittamista erilaisten osallistavien toimenpiteiden kanssa. Osallistaminen ohjaisi työtöntä henkilöä osallistumaan yhteiskunnan toimintoihin omien kykyjensä mukaan. Tavoitteena on ehkäistä näin työttömien työkykyisten henkilöiden syrjäytymistä ja kannustaa heitä työntekoon sekä samalla lisätä sosiaaliturvan yleistä hyväksyntää. (Osallistava sosiaaliturva 4.10.2013.)

#### **4.4. Syrjäytyminen**

Osallisuus nostetaan usein keskeiseksi tekijäksi syrjäytymisen ehkäisyssä (Osallisuus syrjäytymisen vastaparina 2014). Syrjäytymisellä tarkoitetaan Raunion (2006, 10, 25—27) mukaan kasaantunutta huono-osaisuutta, sillä mikään yksittäinen ongelma ei pelkästään aiheuta syrjäytymistä. Syrjäytymisessä yhdistyvät työttömyys, toimeentulo-ongelmat, elämäntilanteeseen liittyvät ongelmat sekä yhteiskunnasta erkaantuminen. Syrjäytymiseen liitetään usein myös sana sosiaalinen ja sosiaalisen syrjäytymisen yhteydessä puhutaan sosiaalisesta osallisuudesta. Tärkeää on kuitenkin aina tarkentaa mistä syrjäydytään ja mihin tulee olla osallinen. Mehtosen (2011, 18—20) mukaan syrjäytymisen ehkäisyä voisi korvata käyttämällä positiivisempaa ilmaisua sosiaalinen vahvistaminen, joka ei ole käsitteellisesti yhtä leimaavaa. Sosiaalisen vahvistamisen tavoitteena on saada yksilöt yhteisöllisen toiminnan aktiivisiksi jäseniksi.

Syrjäytymisen käsitteen määrittely Euroopan yhteiskuntapoliittisissa linjauksissa pohjautuu Ranskasta lähtöisin olevaan keskusteluun. Sen pohjalta keskeinen syrjäytymisen määre on yksilöä yhteiskuntaan yhdistävien siteiden heikkoutta. Syrjäytymisestä puhuttaessa yksilön ja yhteiskunnan välisten suhteiden heikkoutta tarkastellaan yleisimmin yhteiskunnan kannalta. (Raunio 2006, 9—10.) Syrjäytymisen käsitteellä kuvataan yhteiskunnallisen huono-osaisuuden muotoja. Syrjäytyminen estää ihmisen osallistumista normaalina pidettyihin yhteiskunnan eri toimintoihin. (Syrjäytymisen ja köyhyyden ehkäiseminen 2012.) Syrjäytyminen sanana kiinnittää monesti huomiota syrjäytyneen ihmisen oletettuihin luonteenpiirteisiin, joita ovat esimerkiksi passiivisuus, poikkeavuus ja avuttomuus (Helne 2002, 2).

#### **4.5. Osallisuuden esteet**

Syrjäytymisvaarassa olevien ihmisten määrän kasvu samanaikaisesti terveys- ja tuloerojen kanssa on vaikuttanut osallistumiseen. Osallistumiserot eri väestöryhmien välillä ovat lisääntyneet, vaikuttavina tekijöinä ovat muun muassa sosioekonominen asema ja koulutus. Ihmisten osallisuutta ja heidän kokemaansa vaikutusmahdollisuutta heikentävät myös työllisyys, terveydentila ja muut hyvinvointivaikkeudet. Osallisuuden edistäjien oma toimintatapa ja ihmiskäsitys voivat heikentää osallisuuden edellytyksiä. Näin tapahtuu, mikäli ihminen ulkopuolelta määrittellään tietynlaiseksi vastoin hänen omaa käsitystä itsestään. Osallistuminen ja osallisuus liittyvät myös elämäntilanteisiin, omat voimavarat osallisuuteen voivat heiketä esimerkiksi omassa perheessä koetun vähäisen osallisuuden kokemuksen vuoksi. Osallisuutta yhteiskunnassa heikentävät terveyserojen kasvu, itsekkyys, normien ja sääntöjen lisääntyminen sekä hankalien asioiden kasaantuminen. Osallisuuden toteutumisen esteenä voivat heikentävästi olla myös byrokraattisuus ja ulkoapäin määrittely. Ihmiset haluavat tulla määritellyksi omana itsenään, eivät ongelman tai sairauden kautta. (Rouvinen- Wilenius 2012, 29—31.)

Osallistumisen esteitä voi olla kaikilla ihmisillä. Esteitä on tutkittu erilaisiin toimintakykyrajoitteisiin sairauksiin liittyen paljonkin. Esteet ovat monesti samankaltaisia kuin ilman toimintarajoitteita. Sannemann ([viitattu: 12.3. 2014]) kirjoittaa osallistumisen esteistä cp-vammaisen kuntoutujan näkökulmasta. Hän toteaa osallisu-

delle ja osallistumiselle olevan monenlaisia esteitä. Osallistumisen mahdollisuuksia voivat heikentää palveluun ja yhteiskuntaan liittyen muun muassa ammattislangi, kielteiset asenteet ja vähäiset resurssit. Esteet voivat piilotella myös omassa mielessä. On tärkeä tukea ihmistä hyväksymään itsensä sellaisena kuin on, että hän on paljon enemmän kuin vain vammansa.

Mona Särkelän (2009, 75) tekemän tutkimuksen mukaan huono-osaisten on vaikeampaa olla osallisia kuin valtaväestön, koska ongelmat koskevat yleensä monia elämän alueita. Ongelmat voivat näkyä niin omaa elämää koskevassa päätöksenteossa, sosiaalisissa suhteissa, yhteisöjen toimintaan osallistumisessa kuin yhteiskunnallisessakin osallisuudessa. Huono-osaisillekin tulisi kuitenkin tarjota aktiivisen osallistujan rooleja. Vastaavasti Stewart ym. (2008, 86—87) ovat tehneet tutkimusta osallisuuden esteistä ihmisten kokemana, verraten sitä heidän tulotasoonsa. Tuloksen paljastivat, että hyvätuloiset ihmiset ottivat paljon todennäköisemmin osaa yhteisiin toimintoihin kuin huonotuloiset. Huonompituloisten osallistumista yhteisiin aktiviteetteihin rajoittivat huono taloudellinen tilanne, terveydentila sekä epäystävällinen käytös. Muita osallistumisen esteitä olivat tietämättömyys tarjolla olevista palveluista sekä ajan puute, joka oli yhtä suuri este tulotasosta riippumatta.

## 5 KÄYTTÄJÄLÄHTÖINEN KEHITTÄMISTOIMINTA

Kehittämistoiminta liittyy opinnäytetyöni toiseen tutkimuskysymykseen, jonka tarkoitus on selvittää millaisia kehittämistarpeita tai -ideoita asiakkailta on Toimintojentalon palveluista osallisuuden tunteen lisäämiseksi? Toimintojentalon perusajatus ja koko toiminta pohjautuu käyttäjälähtöisyydelle ja ihmisten itsensä havaitsemille tarpeille ja toiveille. Toimintaa ja tapahtumia muokataan toiveiden mukaan mahdollisuuksien rajoissa. Tässä luvussa tarkastelen kehittämistoimintaa käyttäjälähtöisestä näkökulmasta käsin.

### 5.1 Kehittäminen

Kehittäminen tähtää muutokseen, jolla tavoitellaan aikaisempaa parempaa tai tehokkaampaa toimintatapaa tai toimintarakenteita. Kehittämistä voidaan tarkastella konkreettisena toimintana, jonka tavoitteena on saavuttaa jokin selkeästi määritelty tavoite. Kehittämistoiminta tarvitsee ihmisten aktiivista osallistumista ja vuorovaikutusta. Osallisuuden merkitys korostuu kaikessa kehittämistoiminnassa jopa niin, että osallistavasta kehittämistoiminnasta voidaan puhua eräänlaisina muoti-ilmiöinä. Kehittämistoimintaan osallistamista ja sosiaalisten prosessien tukemista voidaan lähestyä neljästä eri näkökulmasta. Johtamistavalla, organisointitavalla, koulutuksella ja työnohjauksella sekä ihmiskeskeisen suunnittelun mahdollistamisella voidaan tukea toimijoiden osallisuutta. Ihmiskeskeisellä suunnittelulla tarkoitetaan käyttäjien ja toimijoiden osallistumismahdollisuuksien tukemista kehittämiseen heidän omissa konteksteissaan. Näin pyritään kehittämään tuotteen tai palvelun käytettävyyttä. (Toikko & Rantanen 2009, 14, 16, 94—95.)

### 5.2 Käyttäjä- ja toimijakeskeisyys

Käytännöllistä ratkaisua tavoiteltaessa kehittämistoiminnassa käyttäjiltä ja toimijoilta kerätään tietoa, jolla pyritään kehittämään tuotetta tai palvelua vastaamaan käyttäjien tarpeita. Toisaalta käyttäjät voivat myös osallistua kehittämistoimintaan esittämällä näkemyksiään. Jos tavoitellaan laajempaa yhteisöllistä muutosta käyt-

täjät voidaan nähdä tasavertaisina kehittäjinä toimijoiden kanssa, jolloin myös jaottelu kehittäjiin ja toimijoihin murtuu. Heidät voidaan nähdä myös kehittämistoiminnan päämiehinä, jotka omistavat kehittämisprosessin. Kehittämistoiminnalle on eduksi jos käyttäjät ja toimija voivat osallistua kehittämiseen henkilökohtaisen ajatuksen, kokemuksen tai näkemyksen perusteella. Lisäksi tarvitaan avointa ja tasavertaista osallistumista siten, että myös toisistaan poikkeavien näkemysten esittäminen on mahdollista. (Toikko & Rantanen 2009, 96—99.)

Käyttäjä- ja toimijälähtöisen kehittämisen tavoitteena on tasavertainen prosessi, jossa kehittämisen eri vaiheet tuotetaan demokraattisesti. Lopputulosta ei ole etukäteen suunniteltu, ainakaan yhteisön ulkopuolelta, vaan muutos tuotetaan yhdessä kaikki näkökulmat huomioiden. Kriittinen kehittäminen perustuu olemassa olevien rakenteiden epäoikeudenmukaisuuteen tai ongelmallisuuteen. Kehittämisen lähtökohtana on ihmisten oma, uudenlainen tietoisuus tilanteestaan, jolloin tietoisuus johtaa motivaatioon ja sitä kautta toimintaan. Tällaisessa kehittämistavassa tietoa tuotetaan työntekijöiden, asiakkaiden ja kansalaisten näkökulmasta, jolloin he kaikki ovat kehittämistyön tutkijoita ja kehittäjiä. (Toikko & Rantanen 2009, 164—165.)

### **5.3 Tiedontuotannon merkitys**

Tiedontuotannolla kehittämistoiminnassa pyritään vastaamaan erilaisiin tehtäviin. Näitä ovat muun muassa toiminnan todentaminen suunnitelman mukaisena esimerkiksi rahoittajaa tai organisaatiota varten, toimijoiden oma oppiminen ja oman toiminnan kehittäminen, toiminnan suuntaaminen arviointitiedosta saaduilla uusilla ideoilla ja näkökulmilla, pysyvien käytäntöjen ja rakenteiden siirrettävyys muihin organisaatioihin tai yhteisöihin sekä julkisen hallinnon kehittäminen. (Toikko & Rantanen 2009, 113—115.) Kansalaisten omiin kokemuksiin perustuvan tiedontuotannon avulla saadut tulokset antavat kuvan ihmisten subjektiivisista kokemuksista eri elämäntilanteissa ja tilanteiden taustalla olevista tekijöistä. Näiden seikkojen huomioiminen on tärkeä osa palauteketjua, jota hyödyntäen voidaan parantaa ja kehittää palveluja vastaamaan paremmin kansalaisten tarpeita. (Siltaniemi ym. 2011, 9—10.)



## 6 TUTKIMUKSEN TOTEUTUS

Yhteistyötahona tutkimuksessani oli Seinäjoella Kasperin kaupunginosassa sijaitseva Toimintojentalo. Tässä luvussa tarkastelen tutkimuksen toteutuksen eri vaiheita, määrittelen käyttämiäni tutkimusmenetelmiä sekä tutkimukseen liittyviä käsitteitä.

### 6.1 Aineiston keruu

Haastattelin tutkimustani varten kymmentä Toimintojentalon asiakasta. Haastateltavani olivat sekä miehiä että naisia, iältään 54 – 78 –vuotiaita. Aineiston keruumenetelmänä käytin haastatteluissani teemahaastattelua. Haastateltavia pyysin haastatteluun henkilökohtaisesti tavatessani heitä Toimintojentalolla. Valitsin haastateltavat talon asiakaskunnasta. Yhtenä valintakriteerinä käytin useamman vuoden jatkunutta asiakkuutta. Halusin saada haastateltavaksi molempia sukupuolia, että saisin mahdollisimman monipuolisen näkökulman teemaan, sillä sukupuolijakauma ei olennaisesti näy talon asiakaskunnassa. Kaikki pyytämäni henkilöt olivat halukkaita tulemaan haastateltavakseni. Jo haastatteluun pyytäessäni kerroin heille opinnäytetyöni aiheen. Osalle haastateltavista aihe herätti epäilyksen, että osaavatko he vastata kysymyksiin. Vakuutin heille, että he osaavat, sillä kyse on jokaisen omista kokemuksista ja mielipiteistä. Kerroin heille saavani heiltä tällä tavoin arvokasta kokemustietoa.

Haastattelut tapahtuivat kahden kesken haastateltavien kanssa. Kaikki haastattelut tehtiin Toimintojentalolla, rauhallisessa ja viihtyisässä tilassa, talon aukioloaikana. Jokaista haastattelua varten olin varannut runsaasti aikaa ja pyrin luomaan tilanteeseen rennon ja kiireettömän tunnelman. Tein haastattelut lähellä joulua, joten tehostin kiireetöntä tunnelmaa kynttilöiden ja kahvin avulla. Käytin yhdeksässä haastattelussa erillistä nauhuria ja yhden haastattelun äänitin puhelimellani. Haastattelut sujuivat ilman häiriötekijöitä, lukuun ottamatta tätä yhtä puhelimella äänitettyä haastattelua, jonka aikana puhelimeni soi kerran. Keskeytys ei kuitenkaan häirinnyt haastattelun jatkumista.

Haastattelut kestivät keskimäärin tunnin, lyhimmillään 40 minuuttia ja pisimmillään yli puolitoista tuntia. Haastattelun aluksi kerroin tietojen luottamuksellisesta käsittelystä sekä tuntemattomana pysymisestä. Tuloksista ja mahdollisista suorista lainauksista ei haastateltavia pysty tunnistamaan. Pyysin lupaa tallentaa haastattelun nauhalle sekä esitin toiveen mahdollisimman rehellisten vastausten saamisesta. Tätä korostin sen vuoksi, koska olen työssäni päivittäin heidän kanssaan tekemisissä, enkä halunnut sen vaikuttavan millään lailla heidän rohkeuteensa sanoa tarvittaessa kritiikkiä. Kerroin vielä tutkimuksen tarkoituksesta ja sen, että tutkimuksen valmistuttua hävitän kaiken haastatteluaineiston. Haastattelut sujuivat oman arvioni mukaan hyvin ja uskon saaneeni rehellisiä mielipiteitä. Haastateltavat kertoivat elämästään ja kokemuksistaan erittäin avoimesti. Haastatteluissa pyrin etenemään tekemieni teemahaastatteluteemojen (LIITE 1) mukaan. Teemahaastattelurungon tein tutkimuskysymysten suuntaisesti. Keskustelu eteni kuitenkin vapaamuotoisesti ja joitain teemoja tuli haastateltavien puheessa esille ilman erillisiä kysymyksiä. Teemoihin voitiin kuitenkin tarvittaessa palata myöhemmin uudelleen.

## 6.2 Tutkimusmenetelmän valinta

Valitsin tutkimukseni lähestymistavaksi laadullisen eli kvalitatiivisen tutkimusmenetelmän, koska lähtökohtana siinä on todellisen elämän kuvaaminen ja merkitysten tutkiminen. Tutkimukseni luonteeseen sopii tiedonkerääminen haastateltavien kokemuksista ja näkemyksistä suorassa kielellisessä vuorovaikutuksessa. Valintaan vaikutti myös se, että laadullisten tutkimuksen kysymysten asettelu ei ole niin strukturoitu kuin määrällisessä tutkimuksessa. Haastattelutilanteissa voi säädellä haastatteluaiheita tarkentamalla kysymyksiä sekä esittämällä tarvittaessa lisäkysymyksiä. (Vilkka 2005, 73, 101.)

Laadullinen tutkimus on kokonaisvaltaista tiedonhankintaa, jossa on mahdollista löytää monensuuntaisia suhteita. Aineisto kerätään luonnollisissa ja todellisissa tilanteissa. Oletuksena on, että samasta aiheesta tai tilanteesta voidaan tuottaa erilaisia tulkintoja. Laadullisen tutkimuksen eri lajeille on yhtäläistä se, että ne korostavat sosiaalisten ilmiöiden luonnetta ja tarvetta ottaa se huomioon sosiaalista

toimintaa selittäessä. Tiedon keruun välineenä laadullisessa tutkimuksessa suositetaan ihmistä. Tutkimuksen kohdejoukko valitaan tarkoituksenmukaisesti, ei sattumanvaraisesti. (Hirsjärvi, Remes & Sajavaara 2009, 160-164.)

Tutkimushaastattelumuotona käytin teemahaastattelua, joka on lomakehaastattelun ja avoimen haastattelun välimuoto. Teemahaastattelu on niin sanottu puoli-strukturoitu haastattelu, jossa haastattelun teema-alueet ovat tiedossa, mutta tarkka muoto ja järjestys kysymyksistä puuttuu. (Hirsjärvi ym. 2009, 208.) Vilkan (2005, 101-106) mukaan teemahaastattelussa tutkimusongelmasta nostetaan esiin keskeiset tutkimusongelman ratkaisuun vaikuttavat aiheet. Tutkijan tehtäväksi jää huolehtia, että haastateltava pysyy sovitussa aihepiireissä, mutta teemojen käsittelyjärjestyksellä ei ole merkitystä. Kysymysten määrän sijasta tavoitteena tulisi olla saada haastateltavat kuvaamaan ja kertomaan omista kokemuksistaan esimerkein. Tutkimuksen tulisi olla myös emansipatorinen, jolloin tutkittavan oma ymmärrys asiasta myös lisääntyy. Näin ollen haastatteluun osallistuvilla jää tilanteesta myös jotain itselleen, eivätkä he ole vain tiedon hankkimisen välineitä.

### **6.3 Aineiston analysointi**

Laadullisessa tutkimuksessa tuloksia raportoidaan luonnehtien, ei luvuilla. Aineistoa jäsennetään, järjestetään ja luokitellaan siten, että aineistosta saadaan tuloksia esitettyihin tutkimuskysymyksiin. Analysointitapoja on monia, mm. teemoittelu, luokittelu, tyypittely, merkityksien etsiminen, vertailu, yhteyksien tarkastelu, epätyypillisten ja ääritapausten tarkastelu. Tuloksista on tärkeää löytää sekä yleisiä ja yhtenäistäviä tekijöitä että yksityiskohtia. Saatuja tuloksia tulkitaan ja pyritään löytämään uusia näkökulmia asiaan eli päästään aineiston pohjalta teorian tasolle. Teorialähtöisessä analysoinnissa tutkimusta ohjaavat aiemmat tutkimukset ja teoria. (Hirsjärvi ym. 2009, 224-230.)

Analyysia voi helpottaa tekemällä sisällöstä esimerkiksi käsitekartan, jonka avulla voi hahmottaa koko suuren kokonaisuuden osat yhtä aikaa (Metsämuuronen 2008, 51). Valitsin analyysimenetelmäkseni teorialähtöisen sisällönanalyysin. Vilkan (2005, 140—141) mukaan siinä lähdetään liikkeelle teoriasta ja sitä voidaan

käyttää laadullisen tutkimuksen perusanalyysimenetelmänä, jossa etsitään merkityssuhteita ja merkityskokonaisuuksia. Teorialähtöisessä sisällönanalyysissä sekä teoria että aiemmat tutkimukset kyseisestä aiheesta ohjaavat tutkimusaineiston käsitteiden ja luokitusten määrittelyä sekä analyysiä. Tavoitteena on uudistaa teoreettista käsitystä tai mallia tutkittavasta asiasta tutkittavien antamien merkitysten avulla.

Olen laatinut tutkimukseni teoreettisen viitekehyksen olemassa olevan tiedon pohjalta. Teemahaastattelurungon laadin teoreettisen viitekehyksen teemoihin pohjautuen. Aineiston analysointi muodostui teoreettisesta viitekehyksestä sekä teemahaastattelurungon teemoista. Tutkimuksessani haastattelin ensin kaikki henkilöt, jonka jälkeen litteroin haastattelut sanasanaisesti koko kerätystä aineistosta. Vilka (2005, 115) määrittelee litteroinnin haastatteluaineiston muuttamisella nauhoituksista tekstimuotoon. Litteroinnin avulla tutkimusaineistoa on helpompi käydä järjestelmällisesti läpi, sekä ryhmitellä ja luokitella. Litteroinnissa ei saa muokata haastateltavien puhetta, vaan sen tulee vastata haastateltavien sanomisia sekä heidän asioilleen antamia merkityksiä.

Haastatteluja analysoidessani keskityin teemahaastattelurungon teemoihin yksi kerrallaan. Koodasin haastattelut eri väreillä, että pysyin selvillä kenen haastateltavan sanomisista oli kulloinkin kyse, koska litteroidut haastattelut olivat monisivuisia tekstejä. Luokittelin litteroidun tekstiaineiston teemahaastattelurungon teemojen mukaisesti. Teemoittain etsin vastauksista yhtäläisyyksiä ja eroavaisuuksia sekä pyrin löytämään erilaisia merkityksiä. Aineistosta toin esiin kaikkien haastattemieni henkilöiden kokemuksia ja näkemyksiä. Näistä syntyivät tutkimukseni tulokset ja johtopäätökset.

#### **6.4 Tutkimuksen eettisyys**

Eettisten kysymysten huomioiminen on erittäin tärkeää ja ne tulee huomioida tutkimuksen kaikissa vaiheissa, aina aiheenvalinnasta lähtien. Eettisesti hyvän tutkimuksen edellytys on, että tutkimuksenteossa on noudatettu hyvää tieteellistä käytäntöä. Tällä tarkoitetaan, että tutkija noudattaa tiedeyhteisön hyväksymiä tiedon-

hankinta- ja tutkimusmenetelmiä. Tiedonhankinta tulee perustaa oman alan tieteellisen kirjallisuuden tuntemiseen, muihin asianmukaisiin tietolähteisiin ja oman tutkimuksen analysointiin. (Vilkkä 2005, 29—30.) Opinnäytetyötä tehdessäni perehdyin tutkittavaan aiheeseen ja siihen liittyvään kirjallisuuteen ja muuhun luotettavaan tietoon huolellisesti. Hankin lähdeaineistoa monipuolisesti ja kriittisesti eri lähteistä, huomioiden kuitenkin niiden tuoreuden. Tutkimuksen luotettavuuteen vaikuttavat kuvaukset olen pyrkinyt kertomaan mahdollisimman tarkasti kussakin vaiheessa. Lähdeviitteitä käytettäessä olen tuonut tekstin sisällön tutkimuksessani esiin omin sanoin, ja olen merkinnyt lähdeviitteet asianmukaisesti.

Tutkimuksen lähtökohtana tulee olla ihmisarvon kunnioittaminen. Osallistujien tulee saada itse päättää osallistumisestaan tutkimukseen. Tutkijan tulee varmistaa että osallistuja ymmärtää annetun informaation ja hänelle tulee kertoa myös mitä tutkimuksen kuluessa voi tapahtua. Tutkijan tulee säilyttää asiakirjat asiallisesti, sekä huomioida osallistujien anonyyminä pysyminen. Epärehellisyyttä tulee välttää kaikissa vaiheissa. Tulosten totuudenmukainen esittäminen on tutkijan vastuu ja velvollisuus. Raportointi tulee olla totuudenmukaista, ja tutkimuksessa käytetyt menetelmät on selostettava. Mikäli tutkimuksessa on puutteita, ne tulee myös tuoda esille. (Hirsjärvi ym. 2009, 25—27.) Pysin tutkimuksessani eettiseen toimintaan joka vaiheessa. Haastatteluja ja siihen osallistuvia henkilöitä miettiessäni pyrin huomioimaan, että saisin mahdollisimman kattavan joukon Toimintojentalon asiakkaista ja otin huomioon, että molempien sukupuolten näkemykset tulivat huomioituksi. Kysyin jokaiselta haastateltavalta henkilökohtaisesti heidän suostumuksensa haastatteluun osallistumiseen. Jokainen sai itse päättää osallistumisestaan ja haastatteluajankohdasta. Haastattelun aluksi kerroin vielä opinnäytetyöni tarkoituksen ja tutkimuksen aiheen. Painotin heille tutkimuksen ja saatujen tietojen luotamuksellisuutta. Kerroin myös, että he pysyisivät tutkimuksen kaikissa vaiheissa anonyymeina, eikä kenenkään vastauksista voi saada selville kenestä henkilöstä on kyse. Pyysin lupaa nauhoittaa haastattelut ja tein selväksi, että litteroinnin ja tulosten analysoinnin jälkeen hävitän aineiston.

Minulla oli Toimintojentalon työntekijänä ja perustajayhdistyksessä mukaan olleena läheinen suhde tutkittavaan aiheeseen. Mietin tutkimuksen eri vaiheissa useasti, vaikuttaako tämä seikka tutkimukseen ja haastateltavien vastauksiin. Erityisesti

minua mietitytti antavatko he kriittistä palautetta, mikäli kokevat sille tarvetta. Esitin jokaiselle haastateltavalle vielä erikseen toiveen haastattelun alussa, että he vastaisivat todenmukaisesti, juuri niin kuin ajattelevat, vain siten saisin mahdollisimman totuudenmukaiset tutkimustulokset. Mielestäni läheinen suhteeni asiakkaisiin ja aiheeseen oli loppujen lopuksi vain hyvä asia, sillä koin pääseväni erittäin lähelle asiakkaita. Talon historian ja toiminnan tunteminen auttoi myös syventämään kysymyksiä tarvittaessa. Omat asenteeni siirsin täysin taka-alalle analysoidessani tutkimusaineistoa ja tehdessäni johtopäätöksiä. Pidin oman suhtautumiseni tutkittavaan aineistoon avoimena, ilman olettamuksia. Olin myös valmis muuttamaan omia näkemyksiäni. Koko tutkimuksen teon ajan pyrin arvioimaan omaa tutkimustapaani ja mietin omia ajatuksiani ja asennoitumistani, että toimin eettisesti oikein. Käytin haastateltavien vastauksista suoria lainauksia tutkimustulosten selventämiseksi. Huolehdin jokaisen kohdalla kuitenkin, ettei tekstistä voi jäljittää kenenkään sanomisia siten, että henkilön tunnistaa siitä. Pidin huolen, että vastauksien sisältö pysyy samana ilman, että sanoma muuttuu.

## **6.5 Tutkimuksen luotettavuus ja pätevyys**

Kaikissa tutkimuksissa tulee arvioida kyseisen tutkimuksen luotettavuutta, välttääkseen virheitä. Apuna siinä voidaan käyttää erilaisia mittaus- ja tutkimustapoja. Tutkimuksen luotettavuutta ja pätevyyttä voidaan mitata reliabiliteetin ja validiteetin avulla. Reliabiliteetilla tarkoitetaan tutkimuksen kykyä antaa ei-sattumanvaraisia tuloksia eli mittaustulosten toistettavuutta. Se voidaan todeta esimerkiksi siten, että kaksi tutkijaa päätyy samanlaiseen tulokseen tai samaa henkilöä tutkittaessa eri kerroilla saadaan sama tutkimustulos. (Hirsjärvi ym. 2009, 231.) Validiteetilla tarkoitetaan tutkimuksen pätevyyttä eli tutkimusmenetelmän kykyä mitata juuri sitä mitä sillä oli tarkoituskin mitata. Tulokset vääristyvät, jos vastaaja ei ajattele tutkijan oletusten mukaisesti. Tämän takia pätevyyttä tulee tarkastella jo tutkimusta suunniteltaessa muun muassa määrittelemällä käsitteet tarkasti. (Vilkkä 2005, 161.) Validius ja reliaabelius termit ovat syntyneet määrällisen tutkimuksen piirissä. Niiden käyttöä on kritisoitu laadullisen tutkimuksen luotettavuuden arvioinnissa ja niiden tilalle tulisikin keksiä muita menetelmiä. Tutkimuksen luotettavuutta kohtaa tutkijan huolellinen selostus toteutuksen eri vaiheista. Olosuhteet, käytetty

aika, mahdolliset häiriötekijät virhetulkinnat sekä oma itsearviointi ovat asioita, jotka tutkijan tulee kertoa tarkasti lukijalle. Myös luokittelujen perusteet sekä tulosten tulkintaan vaikuttavat päätelmät ja niihin vaikuttavat perusteet on kerrottava. (Hirsjärvi ym. 2009, 232—233.)

Oman tutkimukseni luotettavuutta pohtiessani, en pysty olemaan täysin varma olisivatko mittaustulokset toistettavissa täysin. Jonkun toisen tehdessä tutkimuksen samoilla tutkimusmenetelmillä, samoihin teemoihin nojautuen, todennäköistä kuitenkin olisi, että tulokset ja johtopäätökset olisivat hyvin paljon samankaltaisia kuin omassa tutkimuksessanikin. Vastaukset voisivat olla kuitenkin hieman erilaisia ja eri tutkijat voisivat kiinnittää huomiota eri seikkoihin ja nähdä erilaista merkitystä asioissa, vaikka kyseessä olisivat samat asiakkaat ja samanlainen teemahaastattelurunko. Haastattelutilanteessa vastauksiin voivat vaikuttaa monet eri tekijät, esimerkiksi haastateltavien mieliala, sen hetkinen elämäntilanne tai vaikka kiireinen aikataulu. Näin ollen eri päivinä tehdyt haastattelut voivat tuottaa erilaisia vastauksia. Hirsjärvi ja Hurme (2008, 186) toteavat kuitenkin, ettei kahden tutkimusmenetelmän välisiä eroja tarvitse pitää menetelmän heikkoutena, vaan se on seurausta muuttuneista tilanteista. Reliaabeliuden määrittämistapoihin tulee näiden perusteella suhtautua kuitenkin tietyin varauksin.

Omassa tutkimuksessani validiuden toteutumista auttoi teorian käsitteiden pohjalta tehty teemahaastattelurunko. Haastattelut etenivät näiden teemojen mukaisesti mielestäni hyvin. Osa kysymyksistä koettiin hankaliksi, sillä osallisuuteen liittyvät käsitteet ovat lähellä toisiaan. Haastateltavista tuntui, että samoja asioita kysytään useaan kertaan, vaikka näkökulma olikin eri. Pyrin avaamaan vaikeita käsitteitä teorialiedon pohjalta asian selkeyttämiseksi ja varmistaakseni, että puhumme samasta asiasta. Samalla varmistui tutkimuksen kannalta oleellinen seikka, että teemat on ymmärretty riittävän hyvin luotettavan tuloksen saamiseksi. Haastattelun aikana tein tarvittaessa tarkentavia kysymyksiä, näin sain varmistettua asian tulleen oikein ymmärretyksi. Kehittämisenäkökulmaa varten olisi voinut olla hyvä jakaa kysymykset etukäteen tutustuttavaksi, että haastateltavat olisivat ehtineet miettiä asioita valmiiksi. Teemat olivat laajoja ja osin vaikeitakin, lisäksi kehittämisideat olivat vasta haastattelun lopussa, jolloin keskittyminen aiheeseen saattoi jo vähentyä.

## 7 TUTKIMUSTULOKSET

Tässä luvussa käsittelen tutkimuksesta saamiani tuloksia. Tulososio pohjautuu opinnäytetyön teoreettiseen viitekehykseen ja teemahaastattelurungon teemoihin. Tarkoitukseni on löytää vastauksia asettamiini tutkimuskysymyksiini, olen tarkastellut aineistoa tutkimuskysymysteni suunnassa. Tulokset olen jaotellut teemoittain. Haastateltavien taustatietojen jälkeen käsittelen Toimintojentalon asiakkuutta, osallisuuden elementtejä sekä lopuksi haastateltavien kehittämisenäkökulmaa. Havainnollistan ja konkretisoin tuloksia asiakkaiden vastauksista saatujen suorien lainauksien avulla. Olen numeroinut haastateltavat juoksevasti yhdestä kymmeneen. Lainausten yhteydessä käytän heistä kirjainta H ja antamaani numeroa.

### 7.1 Taustatiedot

Haastattelujen taustatietoihin pyysin haastateltavia kertomaan itsestään, perheestään, ystävyys-suhteistaan, harrastuksistaan ja työhistoriastaan. Haastateltavina oli kymmenen Toimintojentalon asiakasta, asiakkuuden kesto vaihteli seitsemästä viiteentoista vuoteen. Haastateltavissa oli kuusi naista ja neljä miestä. Heidän ikänsä sijoittui keski-ikäisestä eläkeikäiseen, haastateltavien keski-ikäsi muodostui 69,5 vuotta. Heistä puolet asui yksin, joko eron tai leskeyden seurauksena ja puolet puolison tai lapsen kanssa. Kaikilla haastateltavilla oli lapsia ja lapsenlapsia. Suurin osa haastateltavista asui lähiympäristössä, kaksi haastateltavaa asui maakunnassa, noin kolmenkymmenenkilometrin säteellä. Jokaisella haastateltavista oli pitkä työhistoria takanaan, yksi heistä oli vielä työelämässä, muut eläkkeellä. Ystävyys-suhteita oli kaikilla omasta mielestään riittävästi. Suurimmalla osalla haastateltavista oli harrastuksia, vain kahdella heistä ei ollut mitään harrastusta tai vain hyvin vähän. Yleisimpiä harrastuksia olivat käsityöt, lenkkeily ja ulkoileminen ja lukeminen. Kaksi koki harrastukseksi Toimintojentalolla käymisen.



## 7.2 Toimintotalon asiakkuus

Milloin henkilöt ovat aloittaneet Toimintotalolla käymisen? Mikä heidät sai tulemaan ensimmäisen kerran ja jatkamaan käyntiään? Kuinka he ovat kokeneet tulensa huomioduksi ja miten he saavat talon tapahtumista tietoa? Näihin kysymyksiin hain vastauksia haastateltavilta. Haastateltavat muistelivat laajastikin kokemuksiaan ja talon aloitusvaiheen tunnelmia. Osa muisteli ja vertaili toiminta on muuttunut vuosien aikana.

Kuusi haastateltavista oli ollut Toimintotalon asiakkaana talon perustamisesta lähtien, eli yli viisitoista vuotta. Loput neljä olivat olleet talon asiakkaana kuudesta kahteentoista vuoteen. Kysyttäessä mikä heidät oli saanut tulemaan talolle ensimmäisen kerran, vastauksina olivat uteliaisuus paikkaa, toimintaa ja talon nimeä kohtaan, avajaiset ja kahvilatoiminta.

Ku tätä perustettiin ja kalustettiin, niin mä kävin aina ikkunasta luuraamas, mitä täällä on taas tehty. (H9)

Se nimi, joo, olin utelias että mikä se on oikeen, ku se tarkoittaa vaikka mitä se Toimintotalo. (H8)

No tuota niinniin, Kasperis on oltu töis ja itte keitetty kahavia. Sitte katottiin, että tänne on tullu sellaanen Toimintotalo, käytiin kattomas ja sielähän sai kahavia. Sen jälkehen lopetettiin itte kahavinkeitto. (H3)

Kysyttäessä mikä heidät sai jatkamaan käyntiään talolla, tärkeimmiksi tekijöiksi nousivat kahvin ja ruokailun mahdollisuus sekä ystävien ja tuttavien tapaaminen. Myös edulliset hinnat, palvelu ja ilmapiiri sekä kirjojen lainaaminen vaikuttivat jatkamiseen. Yksi haastateltavista kertoi syyksi halun katsoa toimiiko talon slogan: Asiaton oleskelu sallittu.

No ennenkö sitä ruokaakaan oli, niin se oli se kahavi. Ny saa käyrä syömäs ja on tuo kirpputori ja näköö kuitenkin ihmisiä sen verran, että ei tarvi olla kuitenkaa oikeen lähellä, mutta kuitenkin näköö porukkaa. (H7)

No se ilmapiiri ja sellaanen, täälöli heti kaveria, juttukaveria, mä rupe-sin ensi käymäs syömäs täällä joka päivä. Sitte aina lähärin, ku kotona kerta yksin olin. (H4)

No täällä oli kirjoja, mä lainasin kirjoja. Mä tulin lukemaan lehtiä ja varmaan join kahviaki ja lainasin pari kirjaa mukaan. Tuos oli sellainen mukava sohva, jossa voi lukea. (H1)

No kyllä se oli, ku minoon aina kiinnostunu siitä, että miksi ihmiset erottelee toisiansa. Niin se, että toimiiko se niin, että se oli kaikista suurin syy, että Asiaton oleskelu sallittu, onko se kaikin puolin totta? Ja sitte tuli aika voimakkaana, että herrantähären, täällähän saa lukea Helsingin sanomat ja iltaleheret. (H8)

Kun kysyin mihin tulokseen hän oli Asiattoman oleskelun suhteen päätenyt, totesi hän sen olevan totta.

Että se pitää paikkansa, se vaatii varmaan aikamoista vahavaa itse-tuntoa ja suurta uteliaisuutta, että uskaltaa mennä kokeilemaan, ku mulla ei oo mitää asiaa. Se näytti siltä, että se on eniten semmonen päiväkotia aikuisille, ku mikään muu paikka täs kaupungis. Että sinne uskalsi tulla. (H8)

Kaikki haastateltavat kokivat tulleen vähintäänkin hyvin vastaanotetuksi. Tärkeäksi koettiin, että huomioidaan, tervehditään, hymyillään ja talolle voi tulla kuin kotiansa. Muutama haastateltava otti esiin henkilökunnan vaihtuvuuden merkityksen itselleen. Aluksi työntekijöiden vaihtuminen tiheään oli tuntunut huonolta, mutta ajan kuluessa siihen on totuttu ja työharjoittelupaikkana toimimisen luonne ymmärrettiin.

Ihan mukavasti, aina tulee joku ystävällinen hymy ja morjestetaan ja emmätierä, ei ainakaan mitenkää oo hyljeksitty. On aika tärkeää, että huomoiraan. (H1)

Sinä aikana ku tutustuu niihin (työntekijöihin) ja kiintyy, niin mä muistan sen ensimmääsen vaihroksen, se tuntuu musta tosi pahalta, ku oli tottunu niihin, niin mä ajattelin, että tottavi, eikö nuo ookkaa täällä nyt sitte, että ne lähtöö pois. Se oli tosi kamala, nythän siihen on tottunu jo, että se kuuluu tähän paikkaan. (H7)

Kyllä se on kiva ku tuloo vanhat työntekijät takaasi, mä mieluummin haluan niitä vanhoja kivoja ihmisiä tänne, mutta kuinka sen saa järjestyämään, nuortenki pitää oppia tekemään. (H6)

Sitte ku täällä on johonki tutustunu, henkilökuntaan, niin seki on lähtenyt pois, mutta on seki ollu sellaasta vaihtelua. Mutta sitte ku niitä tuola

kaupungilla näköö, niin kyllä ne tulovat kaulaan ja ovat niin sellaisia, jotta. (H2)

Talolla järjestettävistä tapahtumista kaikki haastateltavat kahta lukuun ottamatta saivat tiedon kotiin jaettavasta mainoslehtisestä, jonka he kokivat erittäin tärkeäksi. Yksi oli seurannut lehtien toimintapalstoja ja nettiä, yksi haastateltava ei kaivannut tietoa tapahtumista, hänelle riitti pelkkä lounaskahvilatoiminta.

### 7.3 Osallisuuden vaikuttavia tekijöitä

Haastattelin asiakkaiden käsitystä osallisuudesta yhteiskunnassa sekä mitä se heille merkitsee. Kysyin myös kuinka he kokevat osallisuutensa ja kuulluksi tulemisensa Toimintotalolla ja miten talo on vaikuttanut heidän elämäänsä? Toimintotalon merkitys korostui huomattavasti, kun kysyin heiltä millaisena he näkisivät oman osallisuutensa, jos taloa ei olisi. Haastateltavat pohtivat myös iän ja elämäntilanteen vaikuttamista osallistumiseen ja osallisuuden kokemukseen. Kysyin myös talon tapahtumista, niiden tärkeydestä, kuinka usein haastateltavat käyvät talolla sekä heidän omasta mahdollisuudestaan vaikuttaa toimintaan ja tapahtumisen sisältöön.

**Osallisuus.** Muutama haastateltava koki vaikeaksi määritellä osallisuuden käsitettä, mutta kaikki olivat kuitenkin samaa mieltä, että osallisuus on osallistumista ja kuulumista johonkin yhteisöön. Liki puolet haastateltavista mielsi osallisuuden tapahtuvan kodin ulkopuolella. Yhdeksän henkilöä koki osallisuuden itselleen erittäin tärkeäksi.

Jos on kotona, niin sitä ei oo osallisena mihinkään. Tai kyllä sitä kauhiasti tuntoo olevansa suomalaan ja mä tunnen kauhiasti kuuluvani mun sukhun ja Seinäjokehen ja tähän Toimariin. Se on tärkeää, että tuntoo kuuluvansa johonki. (H6)

Se on suuri juttu, tärkeää, etten mä oo ihan tyhjänpanttina, että mä johonki kuulun vähä. (H4)

Niin, onhan se tietysti, jos olis aivan sivullisena, niin sitähan olis niinkui pois, eikä läsnäolevana ollenkaan. Ei olisi kiva olla sivullisena. Sitähän se merkittää, ku tääläki käy, jotta on niinku osallisena. (H7)

Se merkittöo paljo, ettei jää sinne kotia istumaan, moon sanonu tästä-ki taloosta, että neki aijat mä istuusin kotona, jos ei tätä olisi, se on torella paljo, että saa osallistua. (H9)

Vain yksi haastateltava oli sitä mieltä, että osallisuus ja osallisena olo ei vaikuta häneen lainkaan.

No mulle se on justiin niin, että ei pätääkään kiinnosta. Mä käyn sielä missä huvittaa. Mä oon hirveen tyytyvänen, että saan olla vaan. Mä en häiritte ketään, eikä kukaan häiritte mua. (H1)

Kysymykseen miten haastateltavat kokevat pääsevänsä osalliseksi yhteiskunnassa, suurin osa vastaajista oli sitä mieltä, että osalliseksi kyllä pääsisi jos haluaisi. Toimintojentalolla oma osallisuus koettiin riittäväksi, osa koki sen tärkeäksi sekä itsensä että talon kannalta.

No jos sitä haluaas, niin kyllähän sitä pääsis vaikuttamahan yhteiskunnan asioihin, mutta mulla ei oo ollu aikaa sellaaasiin. (H3)

Kai se aika tärkeää on, niin mä oon ajatelu. Ittelle ainaki ja varmaan teillekki. (H9)

Mä pääsen osalliseksi sellaaasella juttelulla ja keskustelulla ja yhteisiä juttuja on täs ollu vähä aina ja kaikkien myyjäästen ja muiren mukana. Se on tärkeää ja kyllä se pääsias täällä on. (H4)

Riittävänä ku mulla on niin kiire ja Luojan kiitos mua ei painosteta missään. Tietysti voi tehdä kaikenlaista jos haluaa. (H8)

Toimintojentalon vaikutusta omaan elämäänsä ja osallisuuden kokemukseensa haastateltavat pitivät tärkeänä. Sosiaalisuus, ihmisten näkeminen ja uusiin ihmisiin tutustuminen koettiin tärkeäksi. Sosiaalisuus nousi tärkeäksi seikaksi kaikissa vastauksissa, myös silloin vaikka haastateltava ei haluaisi tutustua muihin ihmisiin. Moni haastateltava oli saanut uusia ystäviä Toimintojentalolla. Vastaajista muutama oli päässyt myös hyödyntämään taitojaan ja omaa osaamistaan esiintymällä tai ohjaamalla kerhoa.

Täältäön saanu paljo ystäviä ja kaikkia. Täälön tutustunu nuoriin ja kaikenikäsihi. (H2).

Tää Toimarihan on niin monelle ihmiselle ja niin mullekin, että mä aina orotan sitä perjantaita, että taas näköö nuo samat naamat ja saa höpöttää. Tämän sosiaalisuutta ja tänne on aina kiva tulla. (H5)

Tää on sellainen sopiva paikka. Täällä ei kukaan tuu tuputtamaan mitään uskontoa ja politiikkaa. Tykkään istua rauhas, mutta jos on niin täyttä ettei oo tilaa, niin ei se mua häiritse, jos joku tuloo istuun siihen. Mä ny vaan tykkään istua yksin ja syärä yksin. (H1)

No onhan se aivan valtava merkitys, ollaan joskus mietittyki, että jos tämä niinku loppuus tästä näin, niin kyllä se olis monelle, ei vaan meille, aivan katastrofi. Varmaan justiin meitä naisia on, miksei myös miehiäki, mutta naisia on yksinäisiä, että saa tulla istumahan ja olemahan ja tapaamahan muita. Sehän on niin valtava asia, jotta sitä ei osaa sanoakaan. (H7)

Kaikki haastateltavat olivat sitä mieltä, että mikäli Toimintojentaloa ei olisi, se vaikuttaisi heidän elämäänsä merkittävästi. Osa oletti jäävänsä kotiin, osa luultavasti etsisi jonkin muun paikan tai muuta tekemistä tilalle.

Siinä kohtaa tulis ihan tosissaan hirviän kauhia aukko. Täällä saa lukea leheret, soittaa suutas, juora kahavia ja jos ei halua juora, niin ei haittaa. Kyllä tää olis suuri lovi, ainaki mun kohoralla. Mä kerran sanoonki sille yhyrelle RAY:n miehelle, että et sä mihinkää näin hyvään oo rahaa pannu. (H10)

Kyllä se köyhtyys aivan, tämä kaupunki köyhtyys aivan valtavasti. Kestääs kauan ennenku sopeutuus ja löytääs eres jonkunlaasta vastaavaa paikkaa. Multa ainaki loppuus paljo niin monen kontakti, ei näkisi ihmisiä, olisin enemmän kotona. (H8)

Se olis vähäästä, sillä kotona olis! Kyllä mä ny vähä käyn kaupungilla, mutta ei, kyllä se olis kuule vähäästä. Ja niinku ajatteloo se suruki, ku mulla oli. Jos ei tätä olis ollu, niin ei tierä.... (H2)

Jaa-a, no ehkä mä toiminnan ihmisenä varmaan pitääsin kotona jotain ompeluseuraa, mutta mulla ei kyllä olisi tätä kaveripiiriä, minkä oon saanu täältä. Ku tulin tänne, tunsin vaan yhyren ja nyt mulla on nuon valtava määrä tuota kaveripiiriä. En tierä, mutta kyllä mä varmaan jotain keksisin, mutta en osaa sanoa. (H5)

Elämäntilanne vaikutti osallisuuden kokemukseen kaikkien haastateltavien kohdalla jollain tavoin. Työiässä osallisuus ja osallistuminen oli usean kohdalla aktiivi-

sempaa kuin vanhempana. Vastauksissa syiksi ilmeni ansiotyön mukanaan tuomat tehtävät sekä perheen ja lasten myötä lisääntynyt osallistuminen. Toisaalta taas oltiin sitä mieltä, että vapaaehtoinen osallistuminen oli lisääntynyt eläkkeelle jäännin jälkeen. Myös läheisen menetys ja sairaus olivat, sen kokeneilla, vaikuttaneet rajoittavasti aktiiviseen osallistumiseen. Haastateltavat pohtivat myös lään merkitystä osallisuuteen. lään todettiin osaltaan vaikuttavan, mutta kuitenkin yhdessä elämäntilanteen kanssa.

No tietysti niissä on, ku aikoinaan työ vei niin paljon. Vapaaehtoisesti oon ollu eläkeiäs paljon aktiivisempi, ku nuorempana. (H8)

Kyllä se vaikuttaa, työaikana oli niin, että yksi kymmenen vuotta oli niin, että sitä vapaapäivääki piti hakia. Sitte meilläki oli se iso suru, niin vuoteen ei käyty mihinää. Ihmiset pelekäs mua, kerranki ku mä olin kaupas käymäs, niin yks tuttu nainen meni hyllyjen taa piiloon, niin se tuntu kyllä pahalta. (H9)

No se on niinku yöllä ja päivällä. Silloin ku oltiin asetuttu, niin siinä oli kaikenmoosia yhyristyksiä, missä vaimoni oli, ja se oli sellaista pakko olemista mullaki. Sitte oli sellaista ystäväporukkaa, pirettiin kaikkia tapaamisia siellä ja täällä. Sillon se oli justiin, ku oli kakaraoota. (H10)

Kaksi haastateltavaa totesi, ettei ikä ole ratkaiseva, vaan oma kiinnostus asioihin. Useassa haastattelussa tuli esiin tyytyväisyys omaa, tämänhetkistä tilannetta kohtaan.

Ei niillä varmaan oo eroa, ku mä oon aina ollu sellaanen, etten mä oo ikinä osallistunu enempää, ei mun ikä oo vaikuttanu siihen. (H7)

No, musta tuntuu, että mä elän tällä hetkellä elämäni parasta aikaa. Ei oo tehty tuntiohjelmaa tähän elämään. Nyt on hiton hyvä aika elää just tällä hetkellä. Mä otan asiat tosiasioona ja elän sen mukaan. (H5)

**Osallistuminen ja osallistaminen.** Kysyin haastateltavilta kuinka usein he käyvät Toimintojentalolla ja millaisiin tapahtumiin he osallistuvat? Selvitin mitkä tapahtumat he kokevat tärkeimmiksi itselleen? Miten osallistumisaktiivisuuteen on vaikuttanut eri ikäkaudet? Lisäksi kysyin heiltä osallistamiseen liittyen miten he pystyvät vaikuttamaan toimintaan ja tapahtumien sisältöön sekä miten heidän mielestään henkilökunnan tulisi kertoa ja ohjata eri mahdollisuuksista? Kaikki haastateltavat

kävivät Toimintojentalolla vähintään kerran viikossa. Suurin osa heistä kävi vähintään neljä kertaa viikossa, muutama kävi useamman kerran päivässä. Tärkeimmäksi syyksi talolle tulemiseen nousi haastateltavien vastauksista ystävien ja ihmisten tapaaminen, joka tuli esille miltei kaikissa vastauksissa. Ihmisiä tavattiin joko ryhmäkokoontumisissa, sovitusti tai satunnaisesti kuka sattuu yhtä aikaa olemaan paikalla. Tärkeäksi koettiin myös kahvi, ruoka ja lehtien lukumahdollisuus. Myös kirpputori ja erilaiset tapahtumat, joista erityisesti mummukerho ja köpöttely mainittiin, olivat käynnin syitä. Erilaisiin tapahtumiin osallistuttiin vaihtelevasti, oman kiinnostuksen mukaan. Tarjontaan oltiin tyytyväisiä siksi, että monenlaista on tarjolla, josta jokainen saa valita itselleen sopivat. Haastateltavien vastauksissa hajontaa oli tärkeimmäksi koettujen tapahtumien kesken. Useimmin mainittiin tanssit, mummukerho, ruoka ja kahvi, laulutilaisuudet, myyjäiset sekä kirpputori.

Kyllä mulla melekeen ne ystävät on tärkeimpiä. Ja täs kerhos on niin, että jos ei mulla valoja näy, niin kyllä mulle joku soittaa, että ookko kunnos. Se on tällästä sitte, se on sitä huolenpitoa. (H4)

Justiin se ystävien tapaaminen, sehän nyt on tärkeintä. Ja kyllähän mä oon täällä syönykki. Ja sitte kaikki nää sellaiset tapahtumat on kiinnostavia. Mutta se on se ystävien tapaaminen, se on tärkeintä, ihmisellä pitää olla ystäviä! (H2)

No kahavia juon ja sitä ruokaaki joskus. Ne ystävät täällä, jota näköö, voi jutella. Tärkeintä on se, ku mä saan tulla tänne, se on tärkeintä. Monta tuttua on tullu, joista en oo ennen tienny yhtään mitään. (H9)

No kyllähän sielä olis niitä kaikenlaasia kutomakerhoja ja toimintaa iltaasinki, mutta ei ny oikeen oo kerinny niihin sitte sillälaila perehtyä. (H3)

Oma mahdollisuus vaikuttaa toimintaan ja tapahtumien sisältöön koettiin riittäväksi. Osa vastaajista oli ehdottanut joitain muutoksia vuosien kuluessa toimintaan, jotka oli huomioitu toiminnassa. Osa perusti näkemyksensä oletukseen, että mahdollisuus vaikuttamiseen varmasti olisi, jos itse haluaisi. He eivät kuitenkaan halunneet vaikuttaa, vaan halusivat ottaa vastaan sen mitä annetaan. Yksi vastaaja koki, että hänen antamansa ehdotus oli kuunneltu, mutta toteutus oli jäänyt vaillinaiseksi.

Jaa-a, heittämällä jotaki eherotuksia, mullahan on aika lentäviä, ettei niitä kaikkia voi, mutta niistä voi onkia jotaki. Kyllä mä oon aina saanu hyvän palautteen siitä, että asiaa voi lämmittää ja virittää. Ettehän te kaikkien ireoota voi sellasena toteuttaa, ku meitä on niin paljon. (H5)

Emmä enää välitä vaikuttaa. Mä oon aina sanonu, että mä tuun tekemään, ku on näitä yhteisiä juttuja, jos mulle joku sanoo mitä tehrä, vaikka etä ota tuosta luutu ja pyyhi. Se on se mun juttu. Emmä oo sellanen, jotta mä haluan vaikuttaa, mä oon ujo. (H6)

En tierä mitenkä voisin, ja toiseksi mä en oo ollenkaa sellanen, että mä toimisin jossain, enkä mä haluaasi vaikuttaa. (H10)

Niin, mä sanoonki, jotta pitääkö mun tuora tänne johoron pätkä, ku ei se raron toimiminen tarvi ku palan johtoa. Että siinä mieles vähä saamatonta touhua. (H7)

Henkilökunnalta saatavaan informaatioon haastateltavat olivat tyytyväisiä. Heidän mielestään henkilökunnan tehtävä ei ollut kertoa tapahtumista erikseen, vaan asiakkaat itse voivat olla aktiivisia mainosten ja tiedotteiden lukemisessa.

Ku se lappu tuloo, niin siinä näköö, mitä on, ja jos haluaa, niin tuloo. Emmä tierä onko siinä ny henkilökunnan tarve, ku jos kerran lukia osaa. Se vois tuntua sitte jo vähä liikaa, jos oikeen tuputettaas näitä tilaasuksia. No kyllähän sitä sanoa voi, mutta mulle ainaki riittää se lappo. (H7)

Kyllä ne mulle on ainaki kertonu ihan tarpeeksi. Kyllähän sitä ku istutaan tuos pöyräs, niin siinäki puhutaan, joo. Mutta kyllähän sitä pitää itteki lukia sitä lappua, eikä sitä vaan panna johonki. Niinku mullaki se on sängyn vieres. (H2)

**Osattomuus ja osallisuuden esteet.** Kysyin haastateltavilta mitä syrjäytyminen sanana heille tarkoittaa? He pohtivat milloin he olivat kokeneet jäävänsä osattomaksi tai ulkopuoliseksi. Kysyin heiltä myös osallistumista hankaloittaneista seikoista ja miten siihen on vaikuttanut eri ikäkaudet? Syrjäytyminen tarkoitti kaikkien haastateltavien mielestä eristäytymistä muista. Puolet haastateltavista oli sitä mieltä, että syrjäytyminen on ihmisestä itsestä kiinni. Moni yhdisti syrjäytymiseen arkuuden ja kotiin jäämiseen, silloin ihminen ei halua mennä mihinkään. Yksi haastateltava pohti ikäihmisten netin käytön puutteiden vaikutusta syrjäytymiseen.



Ihminen vois olla vaikka kuinka ulospäi suuntautunu, mutta se ei uskalla mennä ja sen takia siitä tulee semmonen hiukan vieressä kulkija ja se on syrjäytyny. Mä en pirä koko sanasta syrjäytyminen, mä en yleensä pirä sanoista, jotka antaa ymmärtää ihmisestä, että se on joku... (H1)

Mä ajattelin sitä, että jos ei mee mihinkää, jos istuu vaan kotona, niin hyvin heleposti syrjäytyy. Jos ei uskalla lähtiä mihinkää, niin ei kukaan tierä tulla hakemaan kotoa. Jotta kyllä se on kaikki ittestä kiinni. (H6)

Toisilla ei oo peräti asuntoakaan ja toiset jää sinne kotiin ja vanhempi ikäluokka, ku ne ei osaa käyttää nettiäkää, niin paljon on sellasia jotka vähä jää sinne asuntoonsa, mullaki on sellasia tuttuja. (H10)

Osattomuuden tunnetta ei monikaan haastateltava osannut heti sanoa tunteneensa. Asiasta keskusteltuamme ulkopuolisuuden kokemusta elämässä yleensä oijoillekin aiheuttanut huono kielitaito, salailu ja läheisen menetys. Toimintojentalolla ulkopuolisuuden tunnetta oli yhdelle haastateltavista aiheutunut kokemuksesta, että häntä ei haluta mukaan yhteiseen hetkeen ja eräs toinen haastateltava koki juoruilun asiaksi, johon hän ei halua osallistua, ja koki näin jäävänsä ulkopuoliseksi.

Emmä oikiastaan oo osattomana ollu koskaan. No miähen kuoleman jälkehen tietysti. Silloin tuntuu hetken aikaa, että kyllä mä yksin oon koko maailmas varmaan. (H4)

Joskus tuntuu, että ku oikeen ruvetaan juoruamaan, niin siinä vaihees mä, mä en tykkää, että puhutaan paskaa toisesta. Ja tietysti, että puhutaan semmoosista asioosta, josta mä en oo kiinnostunu tai en ymmärrä, niin silloin mä tunnen itteni ulkopuoliseksi. (H6)

Omaa osallistumista oli hankaloittanut tai estänyt läheisen menetys, tai oman tai läheisen sairaus. Myös pitkät työpäivät, yhteensattumukset, puolison estely tai oma temperamentti tulivat esiin haastateltavien vastauksissa. Eri-ikäisenä osallistumisen esteiksi näiden edellä mainittujen seikkojen lisäksi tulivat esille nuoruudessa syrjäkylällä asuminen ja hankalat kulkuyhteydet.

Kyllä joskus on ollu sellasia, justiin se miehen sairaus. (H2)

Elämäntilanne ja terveys on tietysti sellaanen, että aina ei viitti lähtiä mihkää. Se rajoottaa kyllä, eikä voi kaikkeen lähtiä mukaan, pitää valita sellaanen rauhallinen touhu. Vaikka kuinka tekis mieli, et voi lähtiä. (H4)

No kyllähän sitä silloin kakarana, meikäläänen ku on aina asunu tuola sivummalla, niin ne kuljetusjutut oli aina vähä sellasiasia, ettei tahtonu aina päästä sieltä. (H3)

Mun elämää hankaloottaa se, että mä oon liian tälläänen, mä saatan sanoa hyvin pahastikki jollekki, mä en sitä tarkoota, mutta ihminen saattaa louukkaantua. (H5)

## 7.4 Kehittäminen

Haastateltavat pohtivat miten osallisuuden ja yhteisöllisyyden tunnetta voitaisiin lisätä ja edistää sekä miten Toimintojentalon kynnystä voitaisiin entisestään madaltaa. Kysyin myös haastateltavien mielipiteitä talon aukioloajoista, ympäristöstä, tiedotuksesta sekä toiveista ja kehittämisideoista. Lisäksi he saivat vapaasti sanoa Toimintojentaloon liittyen asioita, mitä ei ollut heidän mielestään tullut vielä aiemmin keskustellessa esiin.

Kysyessäni osallisuuden tunteen lisäämisestä ja tukemisesta haastateltavien vastauksissa korostuivat jo olemassa olevat toiminnat ja niiden monipuolisuus. Yksittäisiä ajatuksia vastauksissa tuli kuitenkin esille. Ruokailu nähtiin sosiaalisena tapahtumana, ehdotettiin kotona olevien hakemista ja auttamista Toimintojentalolle ruokailemaan. Muita mahdollisuuksia oli perustaa Toimintojentalon eläkeläiset ry, perustaa sikariklubi, tiedottaa joka kotiin Toimintojentalosta ja kutsua tutustumaan taloon sekä perustaa enemmän vastaavanlaisia taloja kaupunkiin. Muutamassa haastattelussa esille tuli muissa kaupunginosissa asuvien ystävien kateelliset kommentit kokoontumispaikasta.

Kyllähän se tietysti ku ajatteloo, niin nuorille äitiille ja lapsille ja tietysti jos on jääny eläkkeelle, mutta mitä tänne sitte vois enempää, eikö tää oo ny aika lailla talo täynnä toimintaa. Täällä on jokaiselle jotaki. (H6)

Joskus mä oon aatellu, että ku nuo kävisi syömäs, jotka on kotona, niin se olis sellaanen sosiaalinen tapahtumaki. Joku vois vaikka hakia

kotoa ja tarvittaessa vaikka syöttääkki. Yksin ku on, ei mitään sosiaalista tilannetta. Ja se on elintärkeää, lämmin hyvä ruoka, eres kerran päiväs. (H5)

Eikö täs ny tarpeeksi oo tehty. Tehrään retkiä ja kaikkia, ja sitten sellaanen seurustelupaikka ja ystävien tapaamispaikka tämon ollu mah-tava. Kyllä mulle on moni sanonu entisistä naapuriista, jotta ku heillä ei oo sielä mitään ja teillä on se Toimari. (H4)

Toimintojentalon kynnyksen madaltaminen sai kaikilta vastaajilta samankaltaisia kommentteja. Haastateltavat kokivat, että kynnys on jo niin matala, ettei kenelläkään pitäisi olla estettä talolle tulemiseen. Rahakaan ei pitäisi olla kenellekään este, kun ostopakkoa ei ole. Jutustelun mahdollisuutta oman halun mukaan pidettiin myös tärkeänä samoin kuin leppoisaa jutustelua tuttujen ja tuntemattomien kesken. Yksi idea oli saada paikallislehti tekemään juttu jostain ”huono-osaisesta”, joka kokee Toimintojentalon pelastukseksi.

Ei mun mielestä voi mitenkään maraltaa, ku se on asiaton oleskelu sallittu, niin se on siinä! Ku saa tulla kerta niin, että vaikka aamulla tuut ja illalla lähäret, niin sellaanen pitää ollakki, mutta maraltaa ei voi, sillä seuraava askel on alahapäin meno. (H7)

Kyllä tuo on niin matala tuo kynnys, tänne on mukava ja helppo tulla. Monelle, jolla jompikumpi puoliso kuolee, niin tämä on se paikka, josta haetaan turvaa ja tänne tullaan juttelemaan. Täällä ei henkilökunta rupia lypsämään, vaan saa itte aloottaa juttelemisen. Ja täälä käy niin, että teirän asiakkaatki jutteloo toinen toisillensa. Se on lämmينhenkinen se keskustelu, siinä on sekaisin kaikki moit ja heit ja sekaasin nämä työmiehet ja kaikki. Jotenki se on tullu niin että täälön sellaanen lämmينhenkinen ilmapiiri, se on sellaanen Toimarin oma sielu, joka täälä lämpiää. (H5)

Mä en ymmärrä mitenkä sitä vois maraltaa vielä. Ne ihmiset, jotka ei uskalla tänne tulla, niin ei niillä oo mitään muutakaa paikkaa. Siis sel-laasta paikkaa, että voi tulla ja ottaa leheren käteensä ja istua. Mä en ymmärrä miten tätä vois maraltaa. Tää on ny mun mielestäni jo nyt niin, että tänne saa tulla työvaatteis tai mitä vaan, mun järkeni loppuu täs. (H10)

Toimintojentalon aukioloajat haastateltavat kokivat itselleen riittäviksi. Muutama pohti myöhäisempää aukioloaikaa, jota Toimintojentalolla on ollut aiemmin, mutta hekin tulivat siihen tulokseen, että on turhaa pitää taloa auki kello neljän jälkeen

muutaman asiakkaan tähden. Eräs haastateltava oli kuullut jonkun kaipaavan viikonloppujen aukioloa. Myös työssäkäyvien mielipidettä arvailtiin, että riittäkö aukioloaika heidän mielestään.

Mulle nämä on ok, mutta moni kaipais viikonloppuaukioloa. (H5)

Kyllä mä oon käyny myöhälläki, niin aatteloo että mitäpä tuola turhaan seisoo, mutta sellaanen pettymys se vähä on, ku ei oo viiteen asti, mutta mulla on erilaanen kalenteri ku muilla eläkelääsillä. Joskus mietii, etten enää viitti lähtiä, ku se kohta menöö kiinni. (H8)

Ympäristö ja viihtyisyys jakoi mielipiteitä. Osa koki, että ympäristö on mukavan viihtyisä, eikä haluaisi tehtävän mitään muutoksia. Osa kaipasi viihtyvyyttä erityisesti kahvilan sisustukseen. Vastauksissa tuli esille myös, vaikuttaisiko liian viihtyisä ympäristö negatiivisesti uskallukseen tulla talolle. Yksi haastateltavista moitti talon ulkopuolella olevan tupakkapaikan seiniin tarttunutta hajua.

On ihan kiva ku on kaikki nää vanhat jutut täälä. Älkää vaan uusiko. (H6)

Minusta se on ok, jos se olis parempi viihtyvyys, niin missä vaihees se rupiaas lyömään ittiänsä korville, että viittinkö mennä likaasilla kengillä sinne. Ja taidenäyttelyki on kiva, ku se vaihtuu aina ja pieni kirppariki. Kyllä se on sopivan kansanomainen. (H8)

Sitä viihtyvyyttä mä kaipaen jotenki, se on vaan lopuiksi aika ankian näköönen tuo kahvila. Pöyrillä vois olla jokku liinat, enemmän ku nuo tabletit, se tekis korikkaaksi kuitenkin. Ja sitte ku on nuo pitkät pöyrät, niin voisko niitä lomittaan laittaa pienempiä, vaikka tietysti isot porukat haluaa isoja pöytiä. (H7)

Tiedottamiseen oltiin yleisesti ottaen tyytyväisiä. Mainoslehtinen koettiin tärkeäksi tiedottamisen välineeksi, osalle sitä ei jaettu kotiin. Osalla syynä olivat kerrostalon lukitut alaovet, jolloin mainosten jakajat eivät pääse sisään, osalla ne vain jäivät tulematta. He kuitenkin tiesivät hakea mainoksen itse talolta. Kehittämisehdotuksena esitettiin pienen esitteen painamista, jossa näkyisi vuositasolla tärkeimpiä lukuja ja uusia valokuvia. Historiasta voisi olla yksi erillinen esite ja ajankohtaisuudesta eri esite, jonka voisi päivittää vuosittain. Pientä, viikoittain toistuvaa mainontaa ehdotettiin myös, jolloin nimi tulisi tutuksi muillekin kaupunkilaisille.

Kuinkahan paljo täski talos olis sellasta asiaa, mille ihmiset höristääs korviaan ja josta ei tierä. Tiedottamisen avulla pystyis pitämään tätä nimiä esillä. Lehdissä, vieläki... (H8)

Tulevaisuutta varten toivottiin hyviä, uusia ja erilaisia ideoita. Ruoan hinta mietitytti, josko se on liian korkea tällä hetkellä. Myös nuorison puolesta esitettiin huolta, koska heille ei Kasperissa yleensäkkään ole mitään. Tulevaisuuden epäiltiin luovan tarvetta samankaltaiselle toiminnalle ja jopa talon laajennukselle. Yhtenä ideana esitettiin samanlaisen toiminnan laajentamista kaupungin keskusta. Siellä on ihmisiä, jotka kaipaisivat samanlaista paikkaa, mutta eivät pääse kulkemaan. Suurin osa kertoi olevansa tyytyväinen tulevaisuudessaakin, jos toiminta pysyy samanaikaisena kuin tähänkin saakka.

Ei mulloo mitään ajatusta, mitä teirän pitää teherä, ku näiski pysyttä niin hyvä on. Seuraavaksi vois tietysti kattoo jonku halavan paikan kaupungilta, kun kaikki ei pääse kulukemaan. Keskustas on paljo selaaasia, jotka tarvis tällästä.

Ehkä ruuan hinta on pikkuusen korkia tällä hetkellä, emmä ny ittiäni ajattele, mutta joitaki, joilla ei oo niin hyvin asiat. Mun mielestä kohtuulliset hinnat oli ennen viimeesiä korotuksia. Ei muuta ku, jotta ihan samallalailla ku jatkatta niin hyvin menöö. (H3)

## 8 JOHTOPÄÄTÖKSET

Esittelen tässä luvussa tutkimustulosten pohjalta tekemiäni johtopäätöksiä. Tarkastelen ja peilaan niitä teoreettisen viitekehyksen, aikaisempien tutkimustulosten sekä omien olettamusteni kesken. Teemahaastattelurunkoni rakentui teorian ja tutkimuskysymysten pohjalta, joten tutkimustulosten kautta saan vastauksia esittämiini tutkimuskysymyksiin. Tutkimukseeni haastattelemat henkilöt koostuivat kymmenestä Toimintojentalon pitkäaikaisesta asiakkaasta. Perhetaustoiltaan he olivat joko yksin asuvia tai kahden hengen taloudessa asuvia. Kaikki haastateltavat olivat olleet Toimintojentalon asiakkaana vähintään kuusi vuotta, suurin osa koko talon olemassaolon ajan, eli viisitoista vuotta. Haastateltavien pitkäkestoisen asiakkuuden ansiosta sain heidän näkemyksiään ja kokemuksiaan pitkältä ajanjaksolta.

Olen kerännyt tuloksista saadut vastaukset tiivistetysti seuraavaan taulukkoon, tarkoitukseni on sen avulla tiivistää ja selkeyttää saatuja tuloksia. Olen ryhmitänyt osallisuuteen vaikuttaneet tekijät neljään sarakkeeseen. Jaotteluna on, mitkä tekijät ovat vaikuttaneet asiakkuuden alussa asiakkuuden syntymiseksi, mitkä tekijät vaikuttavat tällä hetkellä, mitkä muut tekijät ovat yleensä vaikuttaneet sekä minkälaisia osallistumisen esteitä he olivat kokeneet.

Taulukko 1. Toimintotalon asiakkaiden kokemukset osallisuuteen vaikuttaneista tekijöistä

Asiakkuuden Alussa	Nykytilanteessa	Muut tekijät	Esteet
Ystävät, tuttavat	Sosiaalisuus, ihmisten näkeminen /ystävien tapaaminen ja uusien saaminen	Elämäntilanne	Tunnekokemus, ettei ole toivottu jäsen
Kahvi, ruoka		Menetykset ihmissuhteissa	
Palvelu	Mummukerho, köpötely ja muu toiminta ja tapahtumat	Oma tai läheisen sairaus	Juoruaminen, salailu
Ilmapiiri		Oma kiinnostus ja aktiivisuus	Puutteellinen kielitaito
Kirpputori	Palvelu, ilmapiiri, huomioiduksi tuleminen	Ikä (yhdessä elämäntilanteen kanssa)	Puutteelliset taidot
Tutustuminen ihmisiin	Lounaskahvilatoiminta		
Kerhotoiminta	Jutustelu, seurustelu, sekä henkilökunnan että tuttujen kesken		
Kirjat ja lehdet	Lehtien luku mahdollisuus, mainonta / tiedotus		
	Asiaton oleskelu sallittua --> ei ostopakkoa		
	Valinnanvapaus osallistumiseen oman mielenkiinnon mukaan		

**Osallisuus.** Ensimmäinen tutkimuskysymykseni oli, millainen merkitys Toimintotalolla on yksilön kokemaan osallisuuden tunteeseen? Nivalan (2008, 168, 170) mukaan osallisuus toteutuu yksilön itsensä kannalta vasta kokemuksen kautta. Se toteutuu, kun ihminen itse kokee olevansa osallinen yhteisön toiminnasta, vuorovaikutuksesta ja mahdollisuuksista, ja on saanut positiivisen tunnesuhteen yhteisöön ja sen jäseniin. Haastatteluiden perusteella Toimintotalon asiakkaat pitivät osallisuuden merkitystä itselleen erittäin tärkeänä. Vastauksista korostui erityisesti

vuorovaikutuksen merkitys. Pienet eleet ja asiat, kuten tervehtiminen ja hymyily, loivat positiivista suhdetta ja vuorovaikutusta asiakkaiden ja henkilökunnan kesken.

Nivalan (2008, 170—171) mukaan yksilön osallistuminen on edellytys osallisuuden toteutumiselle, mutta osallistuminen voi olla eri laatuista ja eri vahvuista. Toimintojentalon asiakkaiden osallisuus toteutui tutkimustulosten mukaan myös niiden asiakkaiden kohdalla, jotka itse tietoisesti halusivat pysytellä etäämmällä. Asiakkaat tulivat Toimintojentalolle omien, yksilöllisten tarpeiden ja kiinnostusten kohteiden mukaan. He kokivat hyväksi sen, että tapahtumia ja toimintaa oli tarjolla sillä periaatteella, että jokaiselle löytyy jotakin. Kaikki eivät kuitenkaan olleet kiinnostuneet osallistumaan mihinkään yhteiseen, järjestettyyn tapahtumaan, vaan he olivat tyytyväisiä, kun oli paikka jonne voi tulla. Haastatteluista voi päätellä, että Toimintojentalolla voi tuntea yhteisöllisyyttä ja tuntea osallistuvansa, vaikka ei varsinaisesti osallistu tapahtumiin, kunhan osallistuminen on omista tarpeista lähtevää. Matties (2008, 78) näkeekin ihmisten omista tarpeista lähtevän toiminnan luomisen olevan osallistumista parhaimmillaan. Toisaalta taas voi ajatella, että mikäli omien tarpeiden tyydyttämiseen riittää vain sivustaseuraajan rooli, voi osallisuuden tunne jäädä heikoksi. Nivala (2008, 171) toteaa, että heikoimmillaan osallistuminen on, jos yksilö toimii vain vastaanottajana, vaikuttamatta toiminnan sisältöön tai suuntaan. Voisi ajatella, että Toimintojentalon yhteisöllisyys koostuu heikoista siteistä, joka lisää myös yksilön liikkumavaraa hänen haluamaansa suuntaan, aivan kuten Hyypä (2002, 26—28) kirjassaan myös toteaa.

Osallistumista voi olla monentasoista. Osallistumiseen ja siihen sitoutumisen määrään voi vaikuttaa sekä yksilön oma kiinnostus ja halu, mutta myös yhteisön tarjoamat ja sallimat mahdollisuudet osallistua. (Toikko 2006, 13—22.) Haastatteluiden mukaan asiakkaat arvostivat omaa valinnanvapautta. Oma aktiivisuus voi myös vaihdella, iän myötä olivat asiat saaneet myös uudenlaista tärkeysjärjestystä. Asiakkaat antoivat luvan itselleen tehdä sitä, mikä itsestä kulloinkin hyvältä tuntuu. Pääosin haastateltavat kokivat, että osallistuminen on ollut aktiivisinta työikäisenä. Toisaalta taas esiin tuli näkökulma, että eläkkeelle jäätyä on ollut enemmän aikaa kaikenlaiselle vapaaehtoistoiminnalle. Elämäntilanne ja oma tai läheisen terveydentila nousivat esiin vastauksissa osallistumista rajoittavana tekijänä. Ylei-



sesti ottaen asiakkaat olivat tyytyväisiä omaan elämäänsä. He arvostivat mennyttä elämäänsä ja kokemuksiaan, mutta myös nykyhetkeä juuri sellaisena, kuin se kullakin oli. He olivat oppineet myös ymmärtämään itseään ja kuuntelemaan omia tarpeitaan ja halujaan. Myös Kansalaisbarometri 2011:n (Siltaniemi ym. 2011, 193—197) mukaan valtaosa suomalaisista on tyytyväisiä hyvinvointiinsa. Tuossa tutkimuksessa nousi kuitenkin esiin myös, että yksinasuvista eläkeläisistä suuri osa määritteli hyvinvointinsa huonoksi. Sen sijaan Hyypä (2013, 19) näkee esimerkiksi talkoisiin osallistumisen ja kuoroharrastuksen sosiaalista pääomaa kuvaaviksi arvoiksi. Niissä toisilleen vieraat ja tutut ihmiset muodostavat ryhmän, joka perustuu keskinäiseen luottamukseen, toimii yhteisen päämäärän hyväksi ja viihtyy keskenään. Tässä suhteessa tulokset poikkeavat omasta aineistostani. Aineiston laajuus vaikuttanee eroihin, sillä omasta aineistostani vain puolet, eli viisi henkilöä kuului yksinasuviin eläkeläisiin, voi olla myös että aineistoni ikäihmiset ovat keskimääräistä aktiivisempia.

Hyypä (2013, 33) toteaa kahvin olevan meille ominaista kulttuuria, joka kokoaa ihmiset yhteen. Haastattelujen mukaan ruokailu ja kahvittelu oli asiakkaita yhdistävä sosiaalinen tapahtuma. Se yhdisti keskenään tuttuja tai tuntemattomia ihmisiä jutustelemaan keskenään, samoin myös asiakkaita ja henkilökuntaa. Toisaalta esille tuli myös yksityisyyden tarve, oli mukava olla ruokailemassa ihmisten parissa, mutta kuitenkin omassa rauhassa, sivusta seuraajana. Myös Perttulan (2005, 80—81) tutkimuksessa sosiaaliset suhteet ja erityisesti ystävien merkitys korostuivat. Hänen tutkimustuloksissaan kuitenkin oli havaittavissa keskinäisen avun verkostojen harvenemista. Oman tutkimukseni tulosten perusteella Toimintojentalo on lisännyt ja luonut keskinäisen avun verkostoa. Erityisesti tämä korostui mummo-kerhon eli Hyvän Olon kerhon osallistujien kesken. Aikaisemmin toisilleen tuntemattomat naiset olivat ystäväystyneet ja huolehtivat toisistaan myös kerhon ulkopuolisella ajalla. Toisaalta tiiviit suhteet ja erilaiset luonteenpiirteet ja kiinnostuksen kohteet aiheuttivat joillekin välillä myös osattomuuden ja ulkopuolisuuden tunnetta. Kansalaisbarometri 2011 (Siltaniemi 2011) tutkimuksen johtopäätöksenä riskitekijöiksi näyttivät muodostuvan ongelmat, jotka liittyvät yksinäisyyteen ja ihmisten yksinjäämiseen. Toimintojentalo on tutkimustulosten mukaan onnistunut haastateltavien osalta ehkäisemään yksinäisyyden tunnetta ja siihen liittyviä ongelmia.

Haastatteluissa tuli myös hyvin esille, että vastaajat ovat tietoisia paikan tunnuslauseesta ”Toimintotalolla on asiaton oleskelu sallittu”. Se yhdistettiin osallisuuden kokemuksen saamiseen ja siihen, että talon kynnyks on mahdollisimman matalalla. Vaikeiden elämäntilanteiden keskellä talo oli osoittautunut monelle henkisen tuen paikaksi. Näissäkin tilanteissa korostui oma valinnanvapaus puhumiseen tai puhumattomuuteen. Toimintotalon yksi tavoite alusta saakka on ollut syrjäytymisen ehkäisy. Tuloksista voi päätellä, että siinä on onnistuttu. Kukaan haastateltava ei kokenut itseään syrjäytyneeksi, mutta esille tuli myös, ettei tiedä mitä olisi tapahtunut, jos ei olisi saanut käydä talolla.

Helne (2006, 2) toteaa, että syrjäytyminen sanana kiinnittää monesti huomiota syrjäytyneen ihmisen oletettuihin luonteenpiirteisiin, joita ovat esimerkiksi passiivisuus, poikkeavuus ja avuttomuus. Tulosten mukaan syrjäytyminen tarkoitti pääosin kaikille haastateltaville muista ihmisistä eristäytymistä. Heidän mielestään on ihmisestä itsestään kiinni, jos syrjäytyy. Toisen ihmisen apu nähtiin kuitenkin tarpeelliseksi ihmisten saamiseksi mukaan toimintaan, mutta asiaan puuttuminen koettiin vaikeaksi. Juhilan (2006, 119—120) mukaan osallistavalla sosiaalityöllä voidaan vahvistaa osallisuutta omaan elämään ja sen tapahtumiin, samalla se vahvistaa asiakkaan kansalaisuutta. Osallistavaa sosiaalityötä Toimintotalolla tehdäänkin työharjoittelun ja kuntouttavan työtoiminnan avulla. Tutkimuksessa tuli esiin työntekijöiden vaihtuvuuden aiheuttamat tunteet. Erityisesti asiakkaiden kokemat ensimmäiset luopumiset ja henkilökunnan vaihdokset olivat tuntuneet pahalta. Työllistämistoiminnan tarkoitus ja säännöt ymmärrettiin ja ne oli opittu hyväksymään, mutta silti asia aiheutti edelleenkin mielipahaa. Arkisissa kohtaamisissa tutustuttiin ja erityisesti erilaiset vaikeat elämäntilanteet ja niissä saatu apu, olivat lähentäneet henkilökunnan kanssa niin, että luopuminen sattui. Vaikuttaisiko tässä osallistava sosiaalityö molemminpuolin?

Netin käytön osaamattomuus nähtiin myös yhtenä syrjäytymistä aiheuttavana tekijänä ikäihmisten keskuudessa. Toimintotalon asiakkaiden keskuudessa virtuaalisuuden lisääntyvä kasvu ei kuitenkaan vielä tutkimustulosten mukaan näy, vaikka internetin käyttö ja sähköinen kanssakäyminen on lisääntynyt yhteiskunnassa valtavasti. Tuloksissa korostui nimenomaan konkreettinen ihmisten kohtaaminen. Toimintotalo tiedottaa tapahtumistaan myös kotisivuilla ja facebookisivuilla,

mutta suorajakeluna kotiin jaettava mainos koettiin kuitenkin tärkeimmäksi tiedotusvälineeksi tapahtumista. Siitä saatavan tiedon sisäistämisessä asiakkaat korostivat omaa aktiivisuuttaan.

**Kehittäminen.** Toinen tutkimuskysymykseni oli, mitä kehittämistarpeita tai kehittämisideoita asiakkailla on Toimintojentalolla tarjottuihin palveluihin? Tutkimuksen haastateltavat olivat suurimmaksi osin tyytyväisiä Toimintojentalon toimintoihin sellaisenaan. Kehittämisen näkökulma jäi kuitenkin tutkimuksessani hieman niukaksi. Syitä niukkuuteen voi olla, että tapahtumia ja vaihtoehtoja oli koettu olevan niin runsaasti, että vastaajien oli vaikea keksiä enää mitään uutta. Osa vastaajista ei edes haluaisi minkään muuttuvan. Joidenkin kohdalla oli havaittavissa myös uupumusta haastattelun pitkän keston vuoksi, teemaan ei jaksettu enää keskittyä sen vaatimalla intensiteetillä. Vastauksista voi aistia lisäksi myös sen, että asiakkaiden mielestä on mukava tulla valmiiden ideoiden äärelle kokeilemaan itseä kiinnostavia toimintoja. Voisiko olla myös, että omat ajatukset ja ideat koetaan vähäpätöisiksi tai merkityksettömiksi? Toisaalta kehittämistä on tapahtunut vuosien varrella arjen keskellä, sekä henkilökunnan että asiakkaiden ehdotuksista käsin. Tutkimuksessa tuli esiin kehitysehdotuksia, jotka oli toteutettu, mutta myös sellaisia ehdotuksia, joiden toteutus oli jäänyt puolitiehen. Tuloksista kävi ilmi, että esitettyjä ehdotuksia ei ole kuitenkaan koskaan tyrmätty, vaan ne on toteutettu sellaisenaan tai niitä on jalostettu toimintaan sopivaksi. Tämä oli tuntunut asiakkaiden mielestä hyvältä, he kokivat tulleen kuulluksi ja se loi heille rohkeutta esittää ajatuksiaan myös jatkossa. Hyypä (2002, 26) toteaaakin, että ihmisen itsetunnon ja itsensä hyväksymiselle on tärkeää yhteisössä ollessaan, kokea myös itse antavansa jotain.

Toikon ja Rantasen (2009, 16) mukaan kehittämistoiminta tarvitsee ihmisten aktiivista osallistumista ja vuorovaikutusta. Kehittämisellä tähdätään muutokseen, jolla tavoitellaan aikaisempaa parempaa tai tehokkaampaa toimintatapaa tai toimintarakenteita. Tutkimustulosten perusteella nousi esiin asiakkaiden tyytyväisyys nykyiseen toimintatapaan. Heidän oli vaikea miettiä sellaista, mistä heillä ei ollut kokemusta. Voisiko kehittämistarpeita sitten kartoittaa ja ideoida toisin? Oman työkokemukseni perusteella tiedän, että asiakkaat, jotka haluavat ideoida ja kehittää, kertovat niitä arjen keskellä talon henkilökunnalle. Tämä kuuluu talon toiminnan

luonteeseenkin, sillä koko talon perustaminen on aikanaan lähtenyt tällaisen yhteisöllisyyden pohjalta ja siihen on opittu. Toisaalta hiljaisten ja arkojen ihmisten mielipiteet ja kehittämisideat jäävät tällä tavoin saamatta, koska luultavammin he eivät tuo niitä esiin samalla tavalla. Kaikki eivät myöskään halua vaikuttaa. Kehittämisaikajatuksia olisi voinut saada paremmin esiin myös ryhmätoimintana, joko toiminnallisuuden tai keskustelujen kautta. Olisin myös voinut antaa kysymykset haastateltaville etukäteen tutustuttavaksi ja mietittäväksi, että he olisivat ehtineet rauhassa miettiä asioita ja omia ideoitaan.

Olen kerännyt seuraavaan taulukkoon tutkimuksessa esille tulleet kehittämisnäkökulmat osallisuuden tunteen lisäämiseksi ihmisten keskuudessa, sekä muita esille tulleita ajatuksia, jotka lisäävät mahdollisesti asiakastyytyväisyyttä.

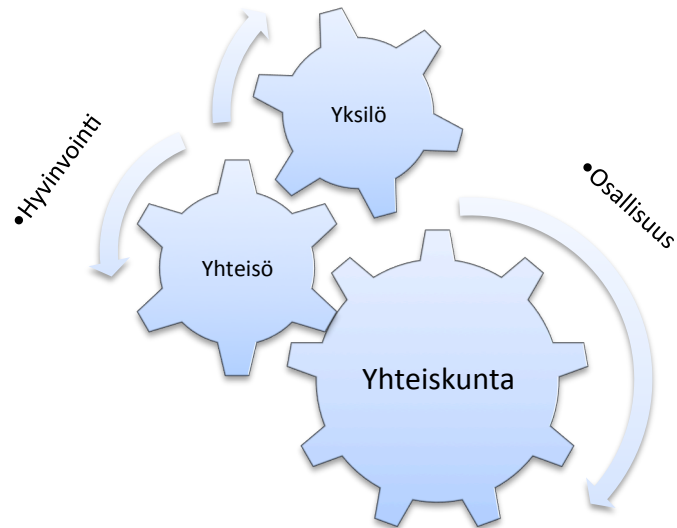
Taulukko 2. Tutkimuksessa esille tulleet ideat Toimintotalon kehittämiseksi

Kehittämisideat osallisuuden lisäämiseksi	Muita kehittämisideoita
Ruokailumahdollisuuden parantaminen myös heille, joilla tällä hetkellä on joku este talolle tulemiseen.	Viihtyvyyden lisääminen kahvilassa
Ruoan hinnan tarkastaminen	Erilaisten esitteiden (tiedottavat / historiikki) painaminen vuosittain
Kutsu tutustumaan talon toimintoihin alueen uusille ja vanhoille asukkaille.	Lehtimainontaa enemmän
	Nuorisolle jotain
	Aukioloaikoihin pääosin tyytyväisiä – viikonloppuaukiolo?
	Samanlaista toimintaa laajemmalti kaupunkiin

Kehittämis ehdotukset olivat hyvin konkreettisia. Ruokailu koettiin tässäkin yhteydessä tärkeäksi elementiksi. Sen tuomaa yhteisöllisyyden tunnetta haluttiin laajentaa ulottumaan myös heille, jotka eivät siitä vielä pääse osalliseksi. Tämän myötä huomaa, että talon kynnyksestä voi sittenkin vielä madaltaa, vaikka haastateltavien

mukaan se oli jo niin matala, ettei kenelläkään pitäisi olla estettä sen ylittämiseen. Kehittämisen tarvetta on siis saada myös ne asiakkaat, jotka kokevat esimerkiksi häpeävänsä jotain ulkoista ominaisuuttaan tai rajoitettaan, tuntemaan itsensä osalliseksi Toimintojentalon lounasravintolan yhteisöllisyydestä. Myös viimeisimmän ruoan hinnan nousun epäiltiin vaikuttavan joillekin ruokailun mahdollistamiseen. Tulokset kertovat asiakkaiden ajattelevan heikompiensaisten kanssaihmissen puolesta ja halusta lisätä heidän hyvinvointiaan. Hyvärin ja Nylundin (2010, 29) mukaan sosiaaliset suhteen ja oma hyvinvointi lisääntyvät osallistumalla yhteisöihin, toimimalla yhdessä ja vuorovaikutuksessa toisten kanssa. Heidän mukaansa voimavarat ja hyvinvointi lisääntyvät myös vertaisryhmissä. Toimintojentalon asiakaskuntaa voi pitää eräänlaisena vertaisryhmänä, jonka jäsenet haluavat oman kokemuksensa kautta saamaansa hyvinvointia ja osallisuutta levittää myös eteenpäin muille.

Tulosten perusteella Toimintojentalon viihtyvyys tulee kiinnittää huomiota. Asiakkaat muistelivat alkuvuosien aikoja lämmöllä ja kuvasivat sen aikaista tunnelmaa kodikkaaksi. Tuolloin viihtyvyys oli luotu lahjoituksina saaduilla tavaroilla. Nykytilanteeseen kaivattiin pieniä sisustuksellisia seikkoja viihtyvyyttä lisäämään. Toisaalta esille tuli ajatus, ettei liika sisustuksellisuus aiheuta joillekin korkeampaa kynnystä taloon tulemiselle. Johtopäätöksenä tutkimuksessani päädyin toteamiseen, että ihanteellisesti toteutuessaan yksilön osallisuus ja hyvinvointi heijastuu lähiyhteisöön ja siitä edelleen myös yhteiskuntaan. Toimintojentalo on toiminut tämän tutkimuksen haastateltavien yhtenä lähiyhteisönä, jossa osallisuutta on voinut kokea. Seuraava kuvio pyrkii kuvaamaan tätä ajatusta.



Kuvio 3. Osallisuus ja hyvinvointi osana ihmisen elämää

Yksilön kokema osallisuus ja sen mukanaan tuoma hyvinvointi heijastuu yhteisöön ja sitä kautta laajemmalti yhteiskuntaan asti. Rattaiden pyöriessä osallisuuden ja hyvinvoinnin positiiviset vaikutukset pysyvät yllä. Mikäli rattaiden väliin asettuu jokin niiden liikettä haittaava seikka, osallisuuden este, heijastuu se vastaavasti myös kaikkiin tasoihin.

## 9 POHDINTA

Opinnäytetyön tekeminen on ollut miltei vuoden mittainen prosessi. Aiheen valinta ei ollut aivan yksinkertaista, sillä mielenkiintoisia vaihtoehtoja olisi ollut useita. Osallisuus ja siihen kiinteästi liittyvä yhteisöllisyys ovat kuitenkin merkinneet itselleni paljon, joten tuntui luontevalta valita osallisuus aiheeksi. Aiheen valintaan vaikuttivat siis sekä oma kokemukseni että päivätyöni kautta esille tulleet kysymykset Toimintojentalon osallisuuden merkityksestä asiakkaille. Olen itse ollut aktiivinen osallistuja ja saanut sitä kautta elämäni erittäin paljon sisältöä ja uusia mahdollisuuksia. Teoriatiedon rajaaminen osoittautui haasteelliseksi, sillä osallisuuteen läheisesti liittyvät termit yhteisöllisyys ja hyvinvointi ovat myös laajoja käsitteitä. Haasteeksi koin myös läheisen suhteeni tutkimuksen kohteeseen. Pohdin etukäteen, voisiko työhistoriani olla esteenä luotettavan ja todenperäisen tutkimustuloksen saamiselle. Myös omat ajatukseni ja olettamukseni voisivat ohjata ajatustani, mutta olen pyrkinyt tietoisesti noudattamaan tieteellisen objektiivisuuden periaatteita. Pyrkimyksestäni huolimatta tutkimuksen sisältöön ovat voineet jonkun verran vaikuttaa omasta historiastani pohjautuvat sidokset haastateltaviin sekä toimintoihin.

Toimintotalo on omanlaisensa kohtaamispaikka, joka ei ole suoraan verrattavissa mihinkään muuhun ”kylätaloon”. Toista täysin samanlaista paikkaa ei luultavasti Suomessa ole. Se on onnistunut säilyttämään ominaispiirteensä asukkaiden olohuoneena toiminnassaan, siitäkin huolimatta, että toiminta on laajentunut ja rakenteissa on tapahtunut useita muutoksia. Opinnäytetyön tekeminen on avartanut ja syventänyt omaa tietämystäni ja osaamistani sekä teoriasta että ihmisten kokemuksista ja Toimintotalon merkityksestä asiakkaille. Sosionomin (AMK) -tutkinnon kompetenssien mukaan (Kompetenssit 2010, 2) sosionomin tulee huomioida jokainen ihminen omana yksilönään, edistää tasa-arvoa ja suvaitsevaisuutta sekä ehkäistä huono-osaisuutta yksilön, yhteisön ja yhteiskunnan näkökulmasta. Edellä mainitut seikat ovat olleet työni perustana tähänkin asti, mutta oma ammatillinen osaamiseni on mielestäni syventynyt tämän tutkimuksen myötä. Myös yksilön, yhteisön ja yhteiskunnan väliset syy-seuraussuhteet ovat saaneet itselleni uutta merkitystä.

Aikataulutus työlle ei edennyt aivan suunnitelmieni mukaan. Omat henkilökohtaiset elämänmuutokset aiheuttivat siihen haastetta. Olin tutkinut samaa aihepiiriä jo eräässä aiempaan opintojaksoon liittyvässä tehtävässä ja se osaltaan helpotti työn alkuun pääsyä ja etenemistäkin. Työn aikana opin myös prosessimaisen kirjoituksen taidon. En pyrkinyt saamaan kerralla valmista tekstiä, vaan muokkasin ja täydensin sitä koko ajan. Myös aineiston lepääminen välillä antoi siihen kaivattua etäisyyttä, jonka jälkeen työn loppuun saattaminen eteni paremmin. Sosionomin (AMK) ammattiosaamiseen kuuluu myös osata tukea yksilön omia voimavaroja ja vahvistumista erilaisissa elämäntilanteissa sekä tukea ja edistää asiakkaiden osallisuutta (Kompetenssit 2010, 2). Sekä opinnäytetyö tutkimusmenetelmineen että omat henkilökohtaiset elämäkokemukset työn tekemisen aikana, ovat avartaneet myös omaa osaamistani. Omat vastoinkäymiset kasvattavat ymmärtämään myös toisten kokemuksia paremmin.

Oma ajatukseni Toimintojentalon olemassaolon tärkeydestä sai vahvistusta tämän tutkimuksen myötä. Tulevaisuudessa taloon saapuville vierailijaryhmille voidaan kertoa muutakin kuin vain ”musta tuntuu” –ajatuksia. Taloa miltei päivittäin käyttävien asiakkaiden elämään Toimintojentalo, sen yhteisöllisyys ja erilaiset aktiviteetit antavat sellaista sisältöä, mitä ilman toki voi elää, mutta niiden kera ja niiden avulla elämä on mukavampaa. Kehittämistarpeitakin on, vaikkakin ideat jäivät työssäni hieman niukoiksi. Kehittämisen näkökulma on joka tapauksessa hyvä pitää mielessä koko ajan. Tyytyväiseen olotilaan tuudittautuminen ei vie asioita eteenpäin. Talon kynnyksen madaltamisessakin on vielä kaikesta huolimatta tekemistä. Se on matala heille, jotka sen ovat ylittäneet, mutta vielä on myös paljon heitä, jotka eivät jostain syystä sitä ole uskaltaneet tehdä. Toimintojentalon asiakkaat ja heidän viihtyvyytensä siellä tulivat minulle, jos mahdollista, entistä tärkeämmäksi. Osallisuus, yhteisöllisyys ja me-henki tulevat liittymään omaan elämään myös tulevaisuudessa lisäten hyvinvointiani. Toivottavasti jokainen yksilö saa osallisuuden kokemuksensa itselleen tärkeissä ja elämään sisältöä tuovissa yhteisöissä.



## LÄHTEET

- Allardt, E. 1976. Hyvinvoinnin ulottuvuuksia. Helsinki: WSOY.
- Brand, J. E., Burgard, S. A. 2008. Job Displacement and Social Participation over the Lifecourse: Findings for a Cohort of Joiners. *Social Forces*. 87 (1), 211—242.
- Clark, M., Davis, A., Fisher, A., Glynn, T. & Jefferies, J. 2008. Transforming services: changing lives. A guide for action. Working for user involvement in mental health services paper 3. Centre of Excellence in Interdisciplinary Mental Health. Birmingham: University of Birmingham.
- Eräsaari, L. 2009. Jos ratkaisu on yhteisö, niin mikä on ongelma? Teoksessa: Finlander, M. & Vanhalakka-Ruoho (toim.). Yhteisöllisyys liikkeessä. Aikakasvatuksen 48. Vuosikirja. Jyväskylä: Kansanvalistusseura. 67—90.
- Gellin, M., Herranen, J., Junttila-Vitikka, P., Kiilakoski, T., Koskinen, S., Mäntylä, N., Niemi, R., Nivala, E., Pohjola, K. & Vesikansa, S. 2012. Lapset ja nuoret subjekteina koulujärjestelmässä. Teoksessa: A. Gretscher & T. Kiilakoski (toim.) *Demokratiaoppitunti: Lasten ja nuorten kunta 2010-luvun alussa*. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 118. 95—148.
- Haarni, I. 2010. Kolmas elämä. Aktiiviset eläkeläiset kaupungissa. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.
- Harju, A. 5.12.2012. Mitä kansalais- ja järjestötoiminta on? [Verkkosivu]. Vantaa: Kansalaisyhteiskunta.fi. [Viitattu: 30.10.2013]. Saatavana: [http://www.kansalaisyhteiskunta.fi/verkkolehti/aiemmat\\_kirjoitukset?737\\_m=1198](http://www.kansalaisyhteiskunta.fi/verkkolehti/aiemmat_kirjoitukset?737_m=1198)
- Helne, T. 2002. Syrjäytymisen yhteiskunta. Helsinki: Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimus- ja kehittämiskeskus.
- Herranen, J. & Mäntysalo – Lamppu, S. 2011. Suomen Lasten Parlamentti osallisuuden mahdollistajana. Teoksessa: P. Lundbom & J. Herranen (toim.) *Sosiaalinen vahvistaminen kokemuksina ja käytänteinä*. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu. 30—58.
- Hirsjärvi, S. & Hurme, H. 2008. Tutkimushaastattelu. Teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Gaudeamus Helsinki University Press.
- Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara, P. 2009. Tutki ja kirjoita. 15. uud.p. Helsinki: Tammi.

- Hyväri, S. & Nylund, M. 2010. Yhteisöllisiä työmenetelmiä syrjäytymisen voittamisessa. Teoksessa: T. Laine, S. Hyväri & P. Vuokila-Oikkonen (toim.) Syrjäytymistä vastaan sosiaali- ja terveysalalla. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi. 29—48.
- Hyypä, M. T. 2002. Elinvoimaa yhteisöstä. Sosiaalinen pääoma ja terveys. Jyväskylä: PS-kustannus.
- Hyypä, M. T. 2005. Me-hengen mahti. Jyväskylä: Ps-kustannus.
- Hyypä, M.T. 2013. Kulttuuri pidentä ikää. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.
- Juhila, K. 2006. Sosiaalityöntekijöinä ja asiakkaina: Sosiaalityön yhteiskunnalliset tehtävät ja paikat. Tampere: Vastapaino.
- Karvonen, S., Lahelma, E. & Winter, T. 2006. Työikäisten terveys ja hyvinvointi 2000-luvun alussa. Teoksessa: M. Kautto (toim.) Suomalaisten hyvinvointi 2006. Helsinki: Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus.78—103.
- Kautto, M. 2006. Hyvinvointia ja politiikkaa koskevat päätelmät. Teoksessa: M. Kautto (toim.) Suomalaisten hyvinvointi 2006. Suomalaisten hyvinvointi. Helsinki: Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus.347—357.
- Kiilakoski, T., Gretschell, A. & Nivala, E. 2012. Osallisuus, kansalaisuus ja hyvinvointi. Teoksessa: A. Gretschell & T. Kiilakoski (toim.) Demokratiaoppitunti: Lasten ja nuorten kunta 2010-luvun alussa. Helsinki: Nuorisotutkimusverkosto/Nuorisotutkimusseura. Julkaisuja 118. 9—33.
- Kohti aktiivista kansalaisuutta 2005:14. Kansalaisyhteiskunta 2006 toimikunnan raportti. [Verkkajulkaisu]. Helsinki: Oikeusministeriö. [Viitattu 8.1.2013]. Saatavana: <http://www.om.fi/34782.htm>
- Kompetenssit 15.4.2010. [Verkkosivu]. Seinäjoen ammattikorkeakoulu. Sosiaalialan koulutusohjelman ohjeet ja oppaat. [Viitattu: 26.2.2014]. Saatavana: <http://intra.epedu.fi/loader.aspx?id=a938e780-8e09-4547-9b17-b03a08cad9b4>
- Konttinen, E. Kansalaisyhteiskunnan tutkimusportaali. Kolmas sektori. [Verkkosivu]. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto. [Viitattu: 30.10.2013]. Saatavana: <http://kans.jyu.fi/sanasto/sanat-kansio/kolmas-sektori>
- Lerssi-Uskelin, J., & Vanhala, A. 2011. Kohti innostunutta työyhteisöä. [Verkkokirja]. Helsinki: Työterveyslaitos. [Viitattu: 20.2.2014]. Saatavana: [http://www.ttl.fi/fi/verkkokirjat/tyossainnostuminen/Documents/Kohti\\_innostunutta\\_tyoyhteisoa.pdf](http://www.ttl.fi/fi/verkkokirjat/tyossainnostuminen/Documents/Kohti_innostunutta_tyoyhteisoa.pdf)

- Lindfors, P. 2007. Tutkimuksia, kokemuksia ja ajatuksia yhteisöllisyyden terveysvaikutuksista. [Verkkolehtiartikkeli]. Psykoterapia 25(1). [Viitattu: 29.1.2013]. Saatavana: <http://www.psykoterapia-lehti.fi/tekstit/lindfors107.htm>
- Matthies, A-L. 2008. Kansalaisosallistuminen ja yhteisöllisyys eurooppalaisen hyvinvointipolitiikan murroksessa. Teoksessa: I. Roivainen, M. Nylund, R. Korkiamäki & S. Raitakari (toim.) Yhteisöt ja sosiaalityö: Kansalaisen vai asiakkaan asialla?. Jyväskylä: PS-kustannus. 85—98.
- Mehtonen, T. 2011. Sosiaalisen vahvistamisen osaaminen. Teoksessa: P. Lundbom & J. Herranen (toim.) Sosiaalinen vahvistaminen kokemuksina ja käytänteinä. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu. 13—29.
- Metsämuuronen, J. 2008. Laadullisen tutkimuksen perusteet. 3. uud. p. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy
- Mitä yhteisöllisyys on? [Verkkosivu]. Helsinki: Terveiden ja hyvinvoinninlaitos. [Viitattu 29.1.2013]. Saatavana: [http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/kasvunkumppanit-fi/tyon/periaatteet/yhteisollisyys](http://www.thl.fi/fi_FI/web/kasvunkumppanit-fi/tyon/periaatteet/yhteisollisyys)
- Nivala, E. 2008. Kansalaiskasvatus globaalin ajan hyvinvointiyhteiskunnassa: Kansalaiskasvatuksen sosiaalipedagoginen teoriakehys. Kuopio: Snellman-instituutin A-sarja 24.
- Nuorten yhteiskuntatakuu 2013. 2012. Helsinki: Työ- ja elinkeinoministeriö. Työllisyys- ja yrittäjyysosasto. TEM raportteja 8/2012.
- Ojalehto, K. 2011. ”Kun vaan itse ottaa ittestään irti et lähtee” Ikäihmisten osallisuus Kytälänkylä-projektissa. Humanistinen korkeakoulu. Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelma. Julkaisematon.
- Osallistava sosiaaliturva. 4.10.2013. [Verkkosivu]. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu 25.10.2013]. Saatavana: [http://www.stm.fi/vireilla/osallistava\\_sosiaaliturva](http://www.stm.fi/vireilla/osallistava_sosiaaliturva)
- Osallisuus syrjäytymisen vastaparina. 2014. [Verkkosivu]. Helsinki: terveyden ja hyvinvoinninlaitos. [Viitattu: 26.2.2014]. Saatavana: [http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/fi/organisaatio/rakenne/yksikot/osallisuuden\\_edistaminen/osallisuus\\_syrjaytymisen\\_vastaparina?&print=true](http://www.thl.fi/fi_FI/web/fi/organisaatio/rakenne/yksikot/osallisuuden_edistaminen/osallisuus_syrjaytymisen_vastaparina?&print=true)
- Osallisuus. [Verkkosivu]. Helsinki: THL. [Viitattu: 7.1.2013]. Saatavana: [http://www.thl.fi/fi\\_FI/web/kaventaja-fi/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus](http://www.thl.fi/fi_FI/web/kaventaja-fi/eriarvoisuus/hyvinvointi/osallisuus)
- Osallisuusselonteko 2002. Valtioneuvoston selonteko eduskunnalle kansalaisten suoran osallistumisen kehittymisestä. [Verkkojulkaisu]. Helsinki: Sisäasianministeriö ja Valtiovarainministeriö. [Viitattu: 5.1.2013]. Saatavana: [http://www.intermin.fi/download/31572\\_osallisuusselonteko\\_2002.pdf](http://www.intermin.fi/download/31572_osallisuusselonteko_2002.pdf)

- Perttula, K. 2005. Kokemuksellinen hyvinvointi Seinäjoen kolmella asuinalueella. Raportti pilottihankkeen tuloksista. Seinäjoki: Seinäjoen ammattikorkeakoulun julkaisusarja B. Raportteja ja selvityksiä 23.
- Presidentti Niinistö nuorten syrjäytymisestä: Tässä asiassa me kaikki olemme tekijöitä. 7.9.2012. [Verkkosivu]. Helsinki: Tasavallan presidentin kanslia. [Viitattu: 5.2.2014]. Saatavana: <http://www.president.fi/Public/default.aspx?contentid=257071&nodeid=44807&culture=fi-FI>
- Putnam, R.D. 2000. Bowling Alone. The Collapse and Revival of American Community. New York: Simon & Schuster.
- Pääministeri Jyrki Kataisen hallituksen ohjelma. 22.6.2011. Helsinki: Valtioneuvoston kanslia. Saatavana: <http://valtioneuvosto.fi/hallitus/hallitusohjelma/pdf/fi.pdf>
- Raina, L. & Haapaniemi, R. 2007. Yhteisöllinen pedagogia: ”..ettei tarvitse tehdä yksin”. Helsinki: Arator
- Raunio, K. 2006. Syrjäytyminen: Sosiaalityötä kiinnostavia näkökulmia. Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry.
- Romppainen, P. 2013. Toiminnanohjaaja (eläkkeellä). Toimintotalo. Keskustelu 2.12.2013.
- Rouvinen-Wilenius, P. 2012. Järjestöjen rooli lähidemokratian vahvistajana osallisuuden avulla. Futura (4), 26—37.
- Saastamoinen, M., 2009. Aikalaiskeskustelua yhteisöllisyydestä. Teoksessa: K. Filander & M. Vanhalakka-Ruoho (toim.). Yhteisöllisyys liikkeessä. Aikakasvatuksen 48. Vuosikirja. Jyväskylä: Kansanvalistusseura. 33—66.
- Sannemann, R-L. Kuntoutuksen tavoite: Elämä haltuun. [Verkkosivu]. Helsinki: Invalidiliitto ry. [Viitattu: 12.3.2014]. Saatavana: <http://www.it-lehti.fi/portal/verkkolehti/?a=getArticle&issuelid=83&articleid=1001>
- Seppälä, H-R. 2011. Vahvistavat verkostot: Näkökulmia järjestöjen toiminnan kehittämiseen ja vaikutusten arviointiin. Teoksessa: P. Lundbom & J. Herranen (toim.) Sosiaalinen vahvistaminen kokemuksina ja käytänteinä. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu. 150—164.
- Siltaniemi, A., Hakkarainen, T., Londén, P., Luhtanen, M., Perälähti, A. & Särkelä, R. Kansalaisbarometri. 2011. Hyvinvointi, palvelut ja osallisuus kansalaismielipiteissä. Helsinki: Sosiaali- ja terveysturvan keskusliitto ry.
- Sosiaali- ja terveydenhuollon kansallinen kehittämisohjelma Kaste 2012-2015. 2012. [Verkkojulkaisu]. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu:

7.1.2013]. Saatavana:

[http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=5197397&name=%20DLFE-18303.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=5197397&name=%20DLFE-18303.pdf)

Stewart, M., Reutter, L., Makwarimba, E., Veenstra, G., Love, R. & Raphael, D. 2008. Left out: Perspectives on social exclusion and inclusion across income groups. *Health Sociology Review*. 17 (1). 78—94.

Suomen kansallinen toimintasuunnitelma 15.5.2009. [Verkkajulkaisu]. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu: 6.1.2013]. Saatavana: [http://www.stm.fi/c/document\\_library/get\\_file?folderId=336356&name=DLFE-9225.pdf](http://www.stm.fi/c/document_library/get_file?folderId=336356&name=DLFE-9225.pdf)

Syrjäytymisen ja köyhyyden ehkäiseminen. 8.9.2012. [Verkkajulkaisu]. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu: 6.1.2013]. Saatavana: [http://www.stm.fi/hyvinvointi/osallisuuden\\_edistaminen/syrjaytymisen\\_ja\\_koyhy\\_yden\\_ehkaiseminen](http://www.stm.fi/hyvinvointi/osallisuuden_edistaminen/syrjaytymisen_ja_koyhy_yden_ehkaiseminen)

Särkelä, M. 2009. Miten huono-osainen voi olla osallinen? Tarkastelussa päih-teidenkäyttäjien, toimeentulon saajien, vankien ja asunnottomien osallisuus ja aktiivinen kansalaisuus. Jyväskylän yliopisto. Yhteiskuntatieteiden ja filosofian laitos. Yhteiskuntapolitiikka/Kansalaisyhteiskunnan asiantuntijuuden maisteri ohjelma. Pro-gradu työ. Julkaisematon.

Toikko, T. & Rantanen, T. 2009. Tutkimuksellinen kehittämistoiminta. Tampere: Tampere University Press.

Toikko, T. 2006. Asiakkaiden osallistuminen palveluiden kehittämiseen. *Työpoliittinen aikakauskirja*. -0787-510X. -49 (2996) : 3, s. 13—22.

Toikko, T. 2012. Sosiaalipalveluiden kehityssuunnat. Tampere: Tampereen Yliopistopaino Oy.

Toimintojentalo – Toimintakertomus 2012. Ei julkaisuaikaa.

Toimintojentalo – Toimintasuunnitelma 2013. Ei julkaisuaikaa.

Toimintojentaloyhdistys ry. 2011. Yhdistyksen säännöt.

Vaarama, M., Luoma, M-L & Ylönen, L. 2006. Ikääntyneiden toimintakyky, palvelut ja koettu elämänlaatu. Teoksessa: M. Kautto (toim.) *Suomalaisten hyvinvointi 2006*. Helsinki: Sosiaali- ja terveysalan tutkimus- ja kehittämiskeskus. 104—136.

Vanhuuseläkeläiset yhteiskunnan voimavarana. 3.1.2007. [Verkkosivu]. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö. [Viitattu 27.1.2013]. Saatavana: <http://www.stm.fi/tiedotteet/tiedote/-/view/1242041>

Vilkkä, H. 2005. Tutki ja kehitä. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

## LIITTEET

## **LIITE 1 Teemahaastattelurunko**

### **Taustatiedot**

Ikä, sukupuoli, perhesuhteet, ystävyssuhteet, harrastukset, työhistoria

### **Toimintotalon asiakkuus**

Milloin olet aloittanut Toimintotalolla käynnin?

Mikä sai sinut tulemaan ensimmäisen kerran?

Mikä sai jatkamaan käyntiäsi?

Miten olet kokenut tullesi huomioduksi/vastaanotetuksi?

Miten saat tietoa talolla järjestettävistä tapahtumista?

### **Osallisuus**

Mitä osallisuus yhteiskunnassa mielestäsi tarkoittaa?

Mitä osallisuus / osallisena olo sinulle merkitsee?

Miten / millä tavoin koet pääseväsi osalliseksi yhteiskunnassa?

Millaisena koet osallisuutesi Toimintotalolla?

Miten olet hyödyntänyt talon tarjoamia eri mahdollisuuksia?

Miten Toimintotalo on vaikuttanut elämääsi / omaan kokemukseesi osallisuudesta?

Miten koet tullesi kuulluksi?

Miten osallisuuden kokemukseesi on vaikuttanut ikäsi ja elämäntilanteesi?

### **Osallistuminen**

Kuinka usein käyt?

Millaisiin tapahtumiin osallistut?

Mitkä koet itsellesi tärkeimmiksi tapahtumiksi? Miksi ?

kahvila, lounas, ystävät, tapahtumat, lehdet, henkilökunta...

Millaisena näkisit osallisuutesi jos Toimintotaloa ei olisi?



Miten aktiiviseksi näet oman osallistumisesi?

Lapsena / nuorena / aikuisena

## **Osallistaminen**

Miten mielestäsi pystyt vaikuttamaan toimintaan , tapahtumien sisältöön?

Millaisia osallistumismahdollisuuksia koet Toimintotalon tarjoavan sinulle?

Miten henkilökunnan tulisi mielestäsi kertoa ja ohjata eri mahdollisuuksista?

## **Osattomuus, syrjäytyminen ja osallisuuden esteet**

Mitä sana syrjäytyminen sinulle merkitsee?

Milloin koet jääväsi / jääneesi osattomaksi / ulkopuoliseksi?

Millaiset seikat ovat hankaloittaneet tai estäneet osallistumistasi?

Elämäntilanne?, terveydelliset seikat?, yhteiskunnan säännöt ja normit?

Millaisia esteitä olet kokenut

Lapsena / nuoruudessa/ aikuisena

## **Kehittäminen**

Miten osallisuuden ja yhteisöllisyyden tunnetta voitaisiin lisätä, edistää ja tukea?

Miten haluaisit vaikuttaa / kehittää toimintoja?

Mitä mieltä olet aukioloajoista, tapahtumista, ympäristöstä,...?

Millaisia toivomuksia sinulla on talon ”vetäjille” tulevaisuutta ajatellen?

Miten talolle tulemisen kynnystä voisi madaltaa entisestään?

Miten talon toiminnoista mielestäsi olisi parasta tiedottaa?

Voit lopuksi vapaasti kertoa vielä mitä halua Toimintotalosta ja suhteestasi siihen.

Kiitos!